

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

Pedagogická fakulta

Katedra Psychologie

Diplomová práce

Nacházení smyslu v práci investigativního novináře

Finding the Sense in the Occupation of an Investigative Journalist

Vedoucí práce

doc. PhDr. Vladimír Chrz, Ph.D.

Vypracovala

Bc. Nicole Gruberová

Praha 2021

Odevzdáním této diplomové práce na téma *Nacházení smyslu v práci investigativního novináře* potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 19. 4. 2021

.....

Bc. Nicole Gruberová

Děkuji zvláště vedoucímu mé diplomové práce panu docentovi Vladimíru Chrzovi za velmi inspirativní nápady a poznámky, podporu a vstřícnost. Mnohokrát děkuji také oběma mým respondentům, Pavle Holcové a Jaroslavu Kmentovi, kteří byli ochotni účastnit se výzkumu k mé diplomové práci a poskytli mi tak cenné informace a nadšení do psaní této práce.

Abstrakt

Cílem diplomové práce je zmapovat prožívání práce investigativních novinářů. Vzhledem ke specifčnosti a náročnosti tohoto povolání byl zájem soustředěn na vnímaná rizika a zvládací strategie vybraných novinářů. Teoretická část je rozdělena na pasáž věnující se teoretickým východiskům z mediální oblasti, a na popis literárních pramenů, vztahujících se k tématům psychologie, vynořivších se z analýzy výsledků. Empirická část je založena na kvalitativním designu, konkrétně metodě *Interpretativní fenomenologická analýza (IPA)*. V rámci výzkumu byly provedeny dva polostrukturované hloubkové rozhovory s investigativními novináři. Každý z respondentů se věnuje jinému druhu investigativní žurnalistiky a soustředí se primárně na jinou geografickou oblast. Z povahy metody IPA jsem se zajímala o subjektivní prožívání faktorů působících na jejich povolání. V rozhovorech byli oba respondenti vyzýváni k volnému vyprávění vztahujícímu se k navrženým otázkám a tématům. V analytické části jsem se pokoušela interpretovat odpovědi respondentů vzhledem k možným osobnostním zdrojům. Na základě výzkumných zjištění jsem sestavila návrh kategorií těchto zdrojů, které se dle žité zkušenosti novinářůjevily jako zásadní ve zvládnutí této profese. Jsou jimi *autonomie, ochota jít do nepřízně, sounáležitost a věrnost hodnotám (odpovědnost, pravda a spravedlnost, svoboda a smysl)*.

Klíčová slova: Interpretativní fenomenologická analýza (IPA), investigativní novináři, osobnostní zdroje, smysl

Abstract

The aim of the thesis is to examine the work experience of investigative journalists. Regarding the specificity and a demanding character of this job, the attention was aimed to perceived risks and coping strategies of selected journalists. The theoretical part was divided into two sections. The first stemming from the theoretical background of the media studies. In the second, the themes emerging from the analysis, relating to the field of psychology, were described. The empirical part of the research is based on qualitative design, more specifically on the method *The Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Within the research two in-depth interviews with two investigative journalists were made. Each of the respondents is dedicated to different type of investigative journalism and focuses primarily on different geographical area. Within the characteristics of IPA I concentrated on their subjective experience while the working process. Both of the respondents were asked to talk freely about what they considered important relating to my questions. In the analytical part I tried to interpret the answers regarding possible personality sources. Based on the findings I formed a proposal of the categories of these sources which within the living experience of the respondents seemed crucial for coping their occupation: autonomy, willingness to face adversity, sense of belonging, the loyalty to own values (responsibility, truth and justice, freedom and sense).

Key words: Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), investigative journalists, personality sources, sense

Obsah

Úvod	7
2 Popis mediálního prostředí	10
2.1 Role žurnalistiky ve společnosti	10
2.2 Faktory ovlivňující žurnalistickou produkci	12
3 Metodologická část	15
3.1 Cíl výzkumu a výzkumné otázky	16
3.2 Výzkumná metoda	16
3.3 Výzkumný soubor	17
3.4 Sběr dat	21
3.5 Postup analýzy	22
4 Analýza 1 – Žitá zkušenost investigativního novináře	22
4.1 Pavla Holcová	22
4.2 Jaroslav Kmenta	30
5 Procesuální rozměr stresu	39
5.1 Vliv copingových (zvládacích) strategií a uvědomění vlastní kontroly na zvládání stresu	39
5.2 Resilience nebo odolnost?	46
6 Témata z humanistické a pozitivní psychologie	51
6.1 Svobodná vůle – Immanuel Kant & Søren Kierkegaard	51
6.2 Smysl života – slast nebo vůle ke smyslu?	53
6.3 Pospolitost a týmovost vs. masovost	56
6.4 Autotelická osobnost a prožívání	57
7 Analýza 2 – Kategorie osobnostních zdrojů	58
7.1 Autonomie	59
7.2 Ochota jít do nepřízně (odvaha riskovat)	61
7.3 Sounáležitost	63
7.4 Věrnost hodnotám	64
7.4.1 Odpovědnost	65
7.4.2 Pravda a spravedlnost	66
7.4.3 Svoboda	67
7.4.5 Smysl	68
8 Diskuze	70
9 Závěr	76

Citovaná literatura 77

Úvod

Odjakživa vzhlížím k lidem, kteří věcem jen nečinně nepřihlížejí, ale mění je k lepšímu. Z toho důvodu je mi blízká pozitivní psychologie, která se na kladných charakteristikách výjimečných a autentických lidí snaží stavět, s cílem změny společnosti ve vlastním sebepojetí z patologického ve zdravé a schopné růstu. Sebepečení silného a zdravě sebevědomého jedince dle mého názoru významně souvisí s vědomím osudu ve vlastních rukou a vírou ve vliv na okolní dění. Domnívám se, že právě lidé, jejichž profil jsem popsala, jsou vůdčími členy společnosti, kteří kolem sebe šíří optimismus a rozrušují všeobecnou apatii nenechávající své okolí propadnout plíživé síle ochromujícího populismu a dogmatismu. Takových lidí není mnoho, ale navzdory našemu postmodernímu, mnohdy relativizujícímu, pesimismu zde jsou. A bohuďák jsou zde i lidé srdcem otevřeni, se zájmem o věci veřejné, kteří jim naslouchají. Jsou jim dobrým příkladem a impulsem k mnoha činnostem. Vždy mne zajímalo, co tyto osobnosti motivuje, a zvláště co je formuje. Proč zrovna oni jsou těmi, kdo jako poslední neodvrátí zrak od nespravedlností, které se dějí. Zasáhnou, upozorní nebo jak zpívá známá disidentka a zpěvačka: „*Když se stane neštěstí, svým zvonkem zazvoní.*“ Lidí humanistického založení, kteří jsou si vědomi odpovědnosti za druhé, je jistě mnoho a můžeme je najít všude na světě a napříč všemi profesemi – já si do svého kvalitativního výzkumu vybrala zástupce investigativních novinářů. Jsou to lidé z prostředí, které je mi blízké – studuji totiž souběžně žurnalistiku. Jedná se o odvětví plné protikladů – novináři se v současné době často ocitají na pranýři, přičemž asi nikdo nepochybuje o tom, že mnohdy zcela zaslouženě. Přesto jsou média zároveň snad nevlivnější veřejnou institucí působící na každého, kdo nežije odstřižen od společnosti. Vzhledem k obrovskému proudu informací valících se ze všech stran není generalizace a nálepkování nepochopitelnou obranou a způsobem, jak se ve světě zorientovat. Nejedná se však přesto o způsob, který by vedl ke vzniku kriticky přemýšlející a svobodné společnosti. Myslím, že takto rozsáhlý a diferencovaný systém, jakým ten mediální je, si zaslouží hlubší pohled do jeho jednotlivých součástí. Investigativní žurnalistika si navzdory mnoha útokům z řad nejvyšších politických špiček, které tento její status jen potvrzují, stále drží roli hlídacního psa demokracie. Ráda bych poznala

motiv, uvědomované, ale možná i skryté, díky nimž investigativní novináři dělají svou práci. Zajímá mne prožívání jejich pracovní náplně i role, styly zvládání i osobnostní charakteristiky a zdroje umožňující jim pokračovat ve své práci navzdory tomu, že se mnohdy vyskytují v objektivně velmi nebezpečných situacích.

První kapitolu mé diplomové práce věnuji teoretické části soustředící se na podmínky, které ovlivňují žurnalistickou produkci, a které tedy významně zasahují do profesního života mých respondentů. Budu zde vycházet z mediálně teoretické literatury, přičemž bych čtenáře ráda uvedla též do významu žurnalistiky pro společnost, včetně společenských očekávání daných historickým vývojem. Tato část slouží pro představení žurnalistického pole jako takového, na jehož pozadí se pak bude odehrávat můj výzkum vysoce individualizovaný konkrétním osobám z tohoto pole. Je potřeba zdůraznit, že v této diplomové práci bude teoretická část rozdělena na dva tematicky rozdílné úseky (viz dále). Vzhledem k povaze mé práce bych nerada do výzkumu vstupovala s již hotovými představami, co u dotyčných osob hodlám nalézt – i proto jsem došla k závěru, že psychologické teorie rozpracuji až na základě první analýzy uskutečněných rozhovorů v pozdějších částech diplomové práce.

Následovat bude část metodologická, kde blíže popíšu můj výzkumný soubor, kritéria výběru a hlavně samotnou metodu, *Interpretativní fenomenologickou analýzu (IPA)*, jejímž prizmatem budu vést rozhovory a zvláště je interpretovat.

Empirická část této diplomové práce se skládá z analýzy žité zkušenosti novinářů, jejímž předmětem bude identifikace dominujících psychologických charakteristik vážících se k profesnímu prožívání, včetně souvisejících rizik, a to na základě uskutečněných rozhovorů.

Následovat bude druhá část teorie, a to již ryze psychologická, kde rozpracuji hlavní koncepty vážící se k tématům vynořivších se v průběhu rozhovorů.

Druhá fáze analýzy bude sestávat ze společných témat vyskytujících se u obou respondentů, které tvoří dominantní momenty objevené v první analýze, a určité sdružující kategorie zodpovídající výzkumné otázky.

V diskuzi pak zkonfrontuji odpovědi respondentů s tím, jak jsou dané fenomény pojednávány v odborné literatuře. V závěru se pokusím zhodnotit má zjištění a formulovat praktické výstupy této práce.

2 Popis mediálního prostředí

2.1 Role žurnalistiky ve společnosti

„Žurnalistikou běžně označujeme činnosti a výstupy těch, kteří se profesionálně věnují sběru, analýze a publikování zpráv“ (McQuail, 2016, s. 22).

Od vzniku moderních společností, kdy byla žurnalistika ukotvena jako čtvrtý stav ve společnosti, vedle moci výkonné, zákonodárné a soudní, je instituce tisku považována za nepostradatelný prvek spravedlivé a otevřené společnosti (McQuail, 2016). Normativní žurnalistické teorie stanovují ideál, ke kterému by média i jednotliví novináři měli směřovat. Ačkoliv jsou tyto teorie médií zevnitř mnohdy považovány za zbytečné, jejich role je nepostradatelná v obhajování významu žurnalistiky pro společnost. Dle mnohých teoretiků médií je jejich znalost novináři nezbytná pro dodržování etických hodnot. Výklad a diskuze nad těmito teoriemi tvoří stěžejní část univerzitního vzdělání novinářů a jejich minimální výstupy jsou zakomponovány do etických kodexů médií. Například Moravec (2020) se domnívá, že pro odpovědné vystupování v médiích, a aby bylo možné žurnalistiku považovat za profesi, je univerzitní novinářské vzdělání nutností (Moravec, 2020). Novinářské normativní teorie jsou diskutovány obvykle v situacích, kdy se médium dostane do určité kontroverze, v případě diskuze o jejich zákonných regulacích nebo formách samoregulace (McQuail, 2016).

Dle McQuaila (2016) existuje několik stěžejních důvodů, proč žurnalistika vzbuzuje na celospolečenské úrovni diskuze: *„Žurnalistika je součástí všech významných veřejných událostí; základní společenské hodnoty se promítají do žurnalistiky a zároveň jsou jejím prostřednictvím podporovány; žurnalistika poskytuje základ pro celospolečenské veřejné diskuze a účast v nich (nastoluje tedy veřejný diskurz, má funkci tzv. gatekeepera); vyvíjí tlak na společenskou odpovědnost a společnost to oplácí tlakem na žurnalistiku; soudní systém závisí na mediální publicitě; významní aktéři používají žurnalistiku pro své zájmy (McQuail, 2016, s. 25).*

Oblasti zájmu o žurnalistiku se projevují na třech rovinách: společnosti, mediální organizace a jednotlivce, přičemž každá z těchto rovin se rozdílně vztahuje k hodnotám

svobody, povinnosti ke druhým a závazkům k dodržování uznávaných povinností (McQuail, 2016). Na úrovni společnosti by měla média zastávat roli vzoru a řídit se principy určujícími pro celou společnost (svoboda slova, rovnost všech občanů, právní stát). Dle McQuaila (2016) žurnalistika podmiňuje všechny výše zmíněné principy a má výsadní moc je ve společnosti udržovat. *„Bez žurnalistiky nemůže v podmínkách moderní společnosti, ve které žije velké množství lidí, vzniknout skutečně veřejný prostor ani možnost většiny účastnit se relevantních celospolečenských procesů samosprávy“* (McQuail, 2016, s. 25). S rozvojem internetu se objevil pro každého příslib absolutní svobody vyjadřování – skutečně svobodný prostor pro šíření informací. Nicméně se v současné době ukazuje, že v tomto případě absence mediátorů s příslušnou autoritou a odpovědností vede k fragmentaci publik a jejich uzavírání do názorových bublin, často pod vlivem stále čtenějších fake news (Moravec, 2020). Rizika i výzvy spojené s rozvojem internetu, jako menší možnost kontroly, menší koncentrace jakékoliv moci tisku, ale i větší šance pro občanskou společnost, znovu uvádějí do pohybu diskuze nad smyslem a ideální rolí žurnalistiky pro společnost.

Aby mohla žurnalistika efektivně bránit demokracii a vytvářet patřičný tlak na politiky, potřebuje k fungování garantované svobody. Kromě nich požívá instituce tisku také určitou ochranu, aby mohla bádát v různých kauzách a také k zajištění ochrany svých zdrojů. Současně musí dodržovat etické standardy a vykonávat svou funkci odpovědně. Vztah mezi svobodou a odpovědností je v žurnalistice zásadní. *„Ačkoliv svoboda a odpovědnost nemusí být nutně neslučitelné, existuje mezi nimi skryté napětí, které je těsně pod povrchem jejich vztahu“* (McQuail, 2016, s. 45). Odpovědnost novinářů se obvykle vztahuje k veřejnému mínění, publiku, zdrojům, aktérům zpráv, společenským institucím, lobbistickým skupinám a klientům (McQuail, 2016).

Publikační hodnoty, které by novináři na obecné rovině měli zastávat, jsou pravdivost (neustrannost), svoboda (nezávislost, možnost volby, též připravenost angažovat se v kontroverzních záležitostech a kritizovat v zájmu publika mocné), solidarita (aktivní podpora menšin i soudržnosti celé společnosti), řád a soudržnost (podpora legitimních orgánů kontroly) (McQuail, 2016). V těchto hodnotách se však více či méně různá média liší, a zvláště v posledním bodu jsou média často kritizována za podporu stávajícího mocenského paradigmatu a rutinní výběr zdrojů z řad oficiálních autorit

(McNair, 2004). Autor (2004) zmiňuje názor Judith Lichtenberg, že rutinní využívání oficiálních zdrojů vede k předpojatosti ve prospěch mocných. Naopak investigativní novináři jsou často politickými špičkami napadáni za rozrušování nastoleného řádu a odhalování systémových selhání, např. korupce. V rámci normativních teorií je zajímavé prozkoumávat a porovnávat tyto nuance mezi jednotlivými odvětvími žurnalistiky.

Na úrovni mediálních organizací pak možná nejčastěji vznikají hodnotové konflikty, o nichž pojednám dále, protože jednotlivé mediální organizace mají zcela rozličné zájmy, často ekonomicky zaměřené (McQuail, 2016). V některých etických kodexech je z tohoto důvodu zanesena *klauzule svědomí*, která umožňuje zaměstnancům odmítnout podílení se na mediální aktivitě, která není v souladu s jejich hodnotami (Moravec, 2020).

Pro náš výzkum je zásadní převážně rovina jednotlivce, individuální úroveň, ačkoliv i ta je úzce provázána se systémovými vlivy (ať redakce, či celé společnosti), jak vyplývá z tohoto rozboru, a taktéž bude probráno v rámci analýzy zkušeností respondentů. Jako jednatel je novinář vztažen zvláště ke svým zdrojům, vůči nimž projevuje odpovědnost, a je taktéž v pomyslném vztahu s publikem. Důležitou proměnnou jsou vlastní hodnoty novináře, smysl, který v práci nachází a vnímání vlastní role. „*Teorie se soustředí hlavně na vnímání těchto rolí novináři samotnými. V čem právě oni spatřují svůj základní úkol a co považují v souvislosti s ním za kritéria kvalitní žurnalistiky?*“ (McQuail, 2016, s. 26). Role jednotlivce, konflikty a napětí mezi jeho rolími patří taktéž mezi témata, která vytyčují normativní teorie pro nalezení rámce pro analýzu žurnalistiky (McQuail, 2016). V předložené práci doufám v určitý interdisciplinární přesah, který by mohl vzniknout mou psychologickou analýzou.

2.2 Faktory ovlivňující žurnalistickou produkci

Externí vlivy na práci novináře se dle McNaira (2004) dají rozdělit na: tlaky trhu, tlaky vyvolané novými technologiemi, profesní postavení novináře a kolektivní charakter práce. „*Novinář je profesionální komunikátor, jehož práce je strukturována a utvářena širokou paletou postupů, konvencí a etických norem i omezeními a hranicemi danými skutečností, že žurnalistika je složitý výrobní proces vyžadující promyšlenou*

organizaci“ (McNair, 2004, s. 64). Tato definice vystihuje provázanost jednotlivých vnějších vlivů s prací novináře a sekundárně tak s vědomím a nastavením společnosti, která je médií do určité míry formována.

První oblastí, již McNair (2004) rozebírá, je byrokratické pozadí práce novináře, tedy jeho pracovní zázemí s rutinními postupy a limity, které určují ráz práce. Rutinní postupy včetně využívání zdrojů není tak snadné prolomit, a to kvůli neustále většímu tlaku na rychlost, aktuálnost, okamžitost.

Dalším faktorem je politické prostředí: *„Politické prostředí působí jako rámec, v němž jsou načrtnuty parametry novinářské činnosti“* (McNair, 2004, s. 84). Tento rámec udává určité hranice, ve kterých se nachází svoboda novinářů. Ta ani v liberálně demokratických režimech není nikdy absolutní. Politický systém udává zákonné principy ovlivňující tok informací a stupeň legislativní volnosti. Mezi další faktory patří cenzura, která je do určité míry nutná, a to s ohledem na bezpečnost státu či přímo ve válečném stavu. Dalším politickým vlivem je nátlak politiků, který má v nedemokratických režimech formu přímého útlaku, v liberálních formách demokracie se jedná většinou o snahu politiků dostat média na svou stranu například prostřednictvím PR nebo neformálního lobbování - *„Žurnalistika jako profese „hlídacího psa“ (watchdog) hraje důležitou roli při definování toho, kudy vede dělicí linie. Z tohoto i jiných důvodů souvisejících s jejich výsadním postavením v kultuře musí novináři neustále bojovat proti politickému aparátu za svou svobodu informovat o událostech a analyzovat je“* (McNair, 2004, s. 85).

Dle autora (2004) je k zdravému fungování demokracie kritická a pluralistická žurnalistika nutnou pojistkou pro zajištění její kontinuity. Dále však uvádí kritiku Noama Chomského a Eda Hermana, kteří tvrdí: *„Svoboda tisku nesahá tak daleko, aby mohla zpochybnit základy ekonomické a politické moci“* (McNair, 2004, s. 86). Alespoň částečnou pravdivost této teorie dokládá již výše zmíněný rutinní výběr zdrojů z řad elit.

Další zásadní aspekt, kterému se McNair (2004) věnuje, je politická kultura, kterou představují neformální neinstitucionalizované vztahy. Rozdíl mezi politickým systémem a kulturou připouští jemné odchylky, v jakých novináři mohou přistupovat či přistupují ke své práci. Autor uvádí příklad Ruské federace z počátku 90. let, kdy

novináři sice získali svobodu a v rámci politického systému měli možnost působit objektivně, ale bylo pro ně těžké osvojit si novou politickou kulturu, jelikož zaujatost měli již v sobě vtištěnou a ve zpravodajství tak stále informovali ve prospěch nějakého politického subjektu.

Třetí zmiňovaná proměnná je ekonomický vztah médií ke státu, tedy zda jsou daná média na státu přímo finančně závislá. V autoritářských systémech bývá běžné, že média jsou přímo vlastněná státem, a plní roli hlásné trouby vládnoucí ideologie. V demokratických režimech je běžné soukromé vlastnictví či tzv. duální systém, který funguje u nás, tedy souběžná existence soukromých médií a veřejnoprávních médií fungujících díky koncesionářským poplatkům.

Ekonomické síly se do žurnalistiky promítají dvěma způsoby: skrze vlastnictví a řízení soukromými osobami a konglomeráty, a dále užitnou a směnnou hodnotou, kterou informace mají. K prvnímu aspektu McNair (2004) uvádí, že novináři jsou zaměstnanci, silně ovlivňováni těmi, kdo vlastní a řídí jejich organizace. Jen některé novinářské hvězdy jsou schopny díky své pověsti zajistit si relativní nezávislost u svých zaměstnavatelů. Vzhledem k vlastnictví a řízení soukromníky, a komercializaci obecně, stále více kritiků namítá, že úroveň zpracování předkládaných informací značně klesá a mluví o tzv. „infotainmentu“, tedy kombinaci informování a „entertainment“, tedy zábavy. Kritizují nutnost vlastníků médií mezi sebou soupeřit o publikum, které se stává čím dál více masovým, a normativní úloha médií tak kvůli zisku ustupuje.

Autor (2004) se z hlediska aktuálních trendů zabývá také dvěma krajními oblastmi žurnalistiky stojícími zdánlivě na opačném pólu, a to bulvární žurnalistikou, která je vystupňovanou formou infotainmentu, a investigativní tradicí žurnalistiky. McNair (2004) předkládá mnoho příkladů investigativy, které přispěly k politickému obratu vstříc větší spravedlnosti, odhalily politické aféry (například často citovaná aféra Watergate, která vedla k rezignaci amerického prezidenta Nixona), vedly k dopadení zločinců apod. Na druhou stranu autor pojednává o kritice bulvární žurnalistiky, hanobené například jako úpadek tradiční lidové žurnalistiky, která jednodušším jazykem zprostředkovávala témata lidí z nižších společenských vrstev, a bojovala tak proti feudalismu. Autor (2004) však citacemi Johna Hartleyho argumentuje i klady bulváru, a to jeho faktickou demokratičností vzhledem k odhalování skandálů

politických i jiných elit, kterým tak vlastně narušuje zavedený systém. Díky tomu je zprostředkován kritický pohled na vládnoucí vrstvy i takové skupině lidí, kteří nikdy nebudou číst například britský intelektuální investigativní list *The Guardian*.

3 Metodologická část

Empirická část mé diplomové práce představuje kvalitativní výzkum tvořený hloubkovými polostrukturovanými rozhovory se dvěma investigativními novináři, u kterých jsem se snažila popsat důležité momenty jejich pracovního života na psychologické rovině. „*Účelem hloubkového rozhovoru je získat vyličení žitého světa dotazovaného s respektem k interpretaci významu popsanych jevů. Prostřednictvím hloubkového rozhovoru jsou tedy zkoumáni členové určitého prostředí, určité specifické sociální skupiny s cílem získat stejné pochopení jednání událostí, jakým disponují členové dané skupiny*“ (Švaříček, Šedřová, 2014, s. 159). Kvalitativní design jsme vybrali, neboť je dané téma zatím v podstatě neprozkoumané, a rádi bychom nastolili nová témata k diskuzi. Výzkumy v rámci mediálních studií týkající se psychologických aspektů se obvykle zaměřují na vliv mediálních obsahů na publikum, ovšem hloubkové zacílení na novináře není dosud zmapované a fokus psychologů na novináře je taktéž téměř neexistující. Práce je postavena na idiografickém přístupu, na jehož základě bych mohla sestavit kazuistiky přispívající poli pozitivní psychologie. Polostrukturované rozhovory jsem zvolila, abych mohla pružně reagovat na respondenty nastolená témata. Ač jsem měla připraveno mnoho otevřených otázek, které jsem respondentům pokládala, většina rozhovoru plynula volně a otázky jsem tvořila na základě informací poskytnutých zkoumaným účastníkem, čímž jsem se dostávala na pomezí nestrukturovaného, tzv. narativního rozhovoru (Švaříček & Šedřová, 2014).

3.1 Cíl výzkumu a výzkumné otázky

Vstupním předpokladem výzkumu vyplývajícím z předchozích rozhovorů s danými novináři je jejich velmi stresující povolání, kvůli kterému se vystavují mnoha rizikům. Cílem je zachycení subjektivního prožívání těchto rizik, způsob jejich výkladu, strategie zvládání a zdroje, které těmto osobnostem pomáhají zůstat v rovnováze. Výzkumné otázky jsou formulovány otevřeně, aby mohlo dojít k jejich zodpovězení způsobem vlastním respondentům. Dle stanovených výzkumných otázek jsem sestavila připravený seznam otázek pro rozhovory, které se však zároveň odvíjely od narativu respondentů.

Co pro investigativní novináře jejich práce znamená?

Jak vnímají rozdíl mezi svou prací a volným časem?

Co patří mezi největší rizika jejich povolání?

Jak si tato rizika vykládají?

Z čeho čerpají sílu?

Jaké motivátory působí na jejich konání v průběhu práce?

Jaké jsou hlavní hodnoty v jejich životě?

3.2 Výzkumná metoda

Pro tento kvalitativní výzkum jsme zvolili Interpretativní fenomenologickou analýzu (IPA), která je svou povahou nejvhodnější pro zachycení jedinečného prožívání a osobnostních charakteristik, tak jak jsou vnímány samotnými respondenty. Metoda vychází z Husserlovy filosofie - fenomenologie, která klade důraz na subjektivní prožívání bez filosofického uchopování prožívání. „(IPA) je fenomenologická v tom, že se pokouší dostat k osobnímu prožívání participanta tak blízko, jak to jen jde, ale zároveň rozpoznává, že to nevyhnutelně vede k interpretativnímu úsilí (...) bez fenomenologie by zde nebylo co interpretovat, bez hermeneutiky by nebyl fenomén vidět“ popisuje Smith et al (2009, s. 37) vztah fenomenologie a hermeneutiky v rámci

IPA (Plachý, 2017). Tvůrce IPA Smith tak uznává, že interpretace je v určité míře nutná, odchyluje se tak vlastně od původní myšlenky Husserla, a rozšiřuje ji o prvek hermeneutiky, další zdroj metody. V analýze pak kombinuje *empatickou* a *nedůvěřivou* interpretaci, jak je rozlišil Ricoeur (1970) s tím, že empatická reflektuje důležité momenty slovy prožitku dané osoby a nedůvěřivá interpretuje jazykem vědy – využívá teoretická hlediska (Plachý, 2017). IPA kombinuje obě metody, a stejně tak já ve svém výzkumu využiji *empatickou* (restoration of meaning) interpretaci v analýze témat, které respondenti nastolili, a *nedůvěřivou* (exercise of suspicion) v diskuzi výsledků s literaturou.

3.3 Výzkumný soubor

Jelikož se jedná o kvalitativní výzkum, a to fenomenologicky zaměřen, bylo mým záměrem vést rozhovory s malým vzorkem lidí, kteří však budou za svou skupinu vypovídající, a to rozhovory otevřenými, s ponorem do větší hloubky. Výběr probíhal v rámci mého studia žurnalistiky na Univerzitě Karlově, kam byli střídavě oba novináři pozváni jako hostující přednášející, coby zástupci specifického odvětví žurnalistiky, a to investigativní. Pozváni byli na základě dosavadních zásluh, zkušeností a prestiže, kterou tyto investigativní novináři v profesním poli požívají, což hodnotím jako dostatečné výběrové kritérium pro tento výzkum. Jsou to také lidé, kteří často své zkušenosti předávají v rámci různých debat s veřejností, ale zároveň, každý svou vlastní formou, školí profesionální novináře. Vzhledem k jejich dosavadní kariéře, předešlému přečtení a poslechnutí mnoha rozhovorů, jsem usoudila (a na základě výše zmíněných důvodů), že budou vhodnými respondenty pro můj výzkum odolnosti vůči rizikům v rámci pozitivní psychologie.

Jedná se o dva investigativní novináře, kteří mají společnou osvětovou činnost. Oba mají za sebou delší kariéru, během níž zpracovali mnoho významných kauz, které otřásly Českou republikou, a někdy i světem. Oba žijí v České republice a navzdory náročnému povolání mají rodinu, partnera a děti. Přesto mají každý jiný záběr v rámci investigativní žurnalistiky, navíc jsou to muž a žena, a porovnání jejich osobního pohledu na své povolání by tak mohlo přinést rozdílné perspektivy. Vzhledem k tomu, že se jedná o veřejně známé osoby, u kterých bylo cílem dostat se hlouběji k jejich

prožívání mnohdy známých událostí, s jejichž znalostí jsem otázky formulovala, rozhodli jsme se je neanonymizovat, s čímž oba souhlasili. V této části představím jejich život v krátkém medailonu.

Pavla Holcová je dcerou vystudované právničky Mileny Holcové, která se po Sametové revoluci rozhodla změnit životní náplň a stala se cestovatelkou a spisovatelkou. Na své dobrodružné cesty stopem po Evropě i dalších kontinentech brala i své děti, včetně Pavly (Holcová, 2019). Ta se po maturitě dostala na žurnalistiku na Fakultě sociálních věd Univerzity Karlovy, což bylo jejím přáním. Již v průběhu studia si začala vydělávat v začínajícím internetovém portálu iDnes. Zjistila však, že ji tato práce pro rutinu nenaplňuje, a začala pracovat na mezinárodních projektech Člověka v tísni. Jejím prvním působištěm byla Kuba, čímž zároveň navázala na své studium iberoamerikanistiky na Filosofické fakultě Univerzity Karlovy. Při práci v Člověku v tísni pomáhala disidentům, novinářům v autoritářských režimech, a setkávala se tak s mnoha zahraničními investigativními novináři, což ji přivedlo na cestu investigativní novinářky zabývající se mezinárodními kauzami. V roce 2013 založila České centrum pro investigativní žurnalistiku, které se zabývá primárně mezinárodním organizovaným zločinem, přesahujícím do České republiky. Je členkou mezinárodní sítě investigativních novinářů Organized Crime and Corruption Reporting Project (OCCRP). Pavla byla také jedinou českou novinářkou, která byla přizvána k mezinárodní kauze *Panama Papers*, za kterou International Consortium of Investigative Journalists získalo Pulitzerovu cenu. *Panamské dokumenty* tvořily data o neprůhledné vlastnické struktuře několika set tisíc firem z celého světa, včetně České republiky, jejichž finance končily v daňových rájích. Za novinářskou práci v rámci potírání organizovaného zločinu v Makedonii či Ázerbajdžánu obdržela ve spolupráci s tamními novináři mnoho cen. Pavla Holcová spolupracovala také se zavražděným novinářem Jánem Kuciakem na kauze o vlivu italské mafie na Slovensku. Po jeho vraždě byla delší dobu pod policejní ochranou z důvodu možného nebezpečí. V současné době rozvíjí Pavla se svým týmem paralelně několik kauz týkajících se ve velké míře zemí východní Evropy a Balkánu. Podílí se taktéž na školení mladých investigativních novinářů v rámci programu Achillova data. Internetový portál, který provozuje, je založen na morálních zásadách, které jsou na webu uvedeny. Patří mezi ně *svoboda a nezávislost* (finanční a politická); *odpovědnost, integrita a férovost* (k

informacím přistupují jako *tabula rasa*, bez předešlého zarámování, a přísně je ověřují); *odvaha dělat to jinak* (otevírání kauz tematicky zcela mimo mainstream českých médií, důkladná práce na nich, oproti dnešní tendenci přebírání zpráv z ČTK), *odhodlání jít do rizika* (zprostředkování veškerého obsahu zdarma, žádné reklamy na webu, podpora založena na nepravidelném dárcovství a frantech); *sdílení, spolupráce v oboru, globální propojení* (investigace.cz).

Jaroslav Kmenta se narodil a dodnes žije v Nymburce. V dětství se věnoval fotbalu a chtěl se stát fotbalovým trenérem. Ačkoliv měl vždy blízko k pátrání, vyšetřování a literární tvorbě, kvůli tehdejšímu totalitnímu režimu šel po gymnáziu raději na Pedagogickou fakultu Univerzity Karlovy, kde vystudoval učitelství pro první stupeň. Rok 1989 jej zastihl v průběhu studia, a v jeho profesní orientaci tak učinil zvrát – Jaroslav založil v Nymburce Občanské fórum, a sám začal psát pro jeho zpravodaj. V roce 1991 dokončil studium a ihned nastoupil do redakce České tiskové kanceláře. Po dvou letech přešel do Mladé fronty dnes, kde se postupně dostal již k investigativním případům s mezinárodním přesahem, jako byla například *Pouštní horečka*. Šlo o kauzu nemocných veteránů Války v Zálivu, mezi nimiž byli i čeští vojáci, v níž Jaroslav Kmenta odhalil používání chemických zbraní sarinu a yperitu, což Ministerstvo obrany zprvu popíralo. Kmentovo odhalení mělo výrazný ohlas též v USA, odkud sem dorazili reportéři agentury AP a New York Times, pořídit s Kmentou rozhovor. V průběhu devadesátých let pracoval pro různá média, až se v roce 2003 opět vrátil do Mladé fronty, kde postupem času vytvořil s dalšími kolegy samostatné investigativní oddělení. Mezi nejvýznamnější případy té doby patří jeho rozkrytí tajného konta ODS, odhalení původu peněz na byt premiéra Stanislava Grosse (ČSSD) a jeho následný pád, fungování strany Věci Veřejné, či jeho rozhovor s Radovanem Krejčířem na Seychellách.

„Když jsem s článkem o tajném kontu ODS vyrukoval v listopadu 1997 do novin, absolutně jsem netušil, co to způsobí. Druhý den se rozhodla z ODS odejít řada lidí v čele s bývalým ministrem vnitra Janem Rumlem a ministrem financí Ivanem Pilipem, protože se obávali následků z případného vyšetřování tajného konta. Tři dny poté padla Klausova vláda. Po roce jsem se k případu vrátil a dělal rozhovor s Ivanem Pilipem. Přivítal mě slovy: „Á, vítám tady urychlovače dějin“ (Kmenta, 2009).

Mezi další úspěchy Kmentovy práce patří i rozhovory s iráckým teroristou Al Aním přímo v Iráku, ke kterému se dostal i díky jeho proslulé knize rozšířené též v Iráku, *Pouštní horečka*. „Nikdo nechápal, jak se mi to podařilo. Popravdě řečeno, já taky ne. Byla to neuvěřitelná náhoda. Až později jsem si uvědomil, že je ve mně kus novinářské posedlosti a špetka bláznovství“ (Kmenta, 2009).

V roce 2013, po převzetí nakladatelství MAFRA holdingem Agrofert, Jaroslav Kmenta z Mladé fronty spolu s šéfredaktorem Robertem Čásenským odešel, aby s ním spoluzaložil nezávislý měsíčník Reportér, jehož je dosud členem. Magazín Reportér pokrývá témata aktuální politiky, financí, kultury, společenská témata zaměřující se na příběhy zajímavých lidí, ale také investigativní kauzy současnosti a minulosti. Kromě novinářské práce se Jaroslav Kmenta věnuje psaní knih s uceleným popisem vývoje závažných kauz, na kterých pracoval. Dosud mu vyšlo 14 knih, mezi něž patří trilogie *Kmotr Mrázek*, trilogie *Padrino Krejčír*, *Superguru Bárta*, *Boss Babiš*, *Svědék na zabití*, či *Rudý Zeman*.

„V roce 2009 jsem dopsal třetí díl *Kmotra Mrázka*. A řekl si, že zvolním tempo. Jenže jde to? Jde to, když jste propadli novinářině?“ (Kmenta, 2009).

Ačkoliv oba respondenti splňují zásadu kvalitativního výzkumu, a to homogenitu – oba patří do stejné profesní skupiny, a to dokonce v rámci užšího zaměření, jsou přesto ve spoustě věcí rozdílní, což by mohlo být pro kvalitativní výzkum nastolující nová témata do psychologického diskurzu, velmi cenné. Jak je z životopisů patrné, každý se zaměřuje na jinou geografickou oblast. Zatímco Jaroslav Kmenta se dlouhodobě a detailně věnuje primárně české politice a českému podsvětí (s několika výjimkami popsanými výše), Pavla Holcová pracuje v síti mezinárodních investigativních novinářů, zpracovává kauzy týkající se daňové optimalizace překračující kontinenty, mezinárodního obchodu s drogami, a také potlačování práv novinářů v autoritářských režimech. Z hlediska profesní identity je možná důležité zmínit, že Kmenta vystudoval učitelství (protože žurnalistikou doby komunismu opovrhoval), zatímco Holcová, již v novém tisíciletí, žurnalistiku vystudovala (a následně také iberoamerikanistiku). Jejich profesní cesta měla také zcela odlišný vývoj. Jaroslav Kmenta začínal jako novinář v České tiskové kanceláři (ČTK) a největším českém deníku Mladá fronta dnes, přičemž se postupně (ač vlastně velmi rychle) dostal k investigativním případům, které

jej pohltily, a českou investigativní scénu tak vlastně zakládal. Pavla Holcová se naopak přes zájem o lidská práva v organizaci Člověk v tísni dostala k praktické žurnalistice, již pojala vlastním způsobem (žurnalistiku vystudovala a pracovala taktéž v internetovém portálu iDnes, ale šlo o epizodu, která ji od běžné deníkové žurnalistiky spíše odradila).

3.4 Sběr dat

Samotný sběr dat proběhl formou polostrukturovaných rozhovorů¹, a to v domovských redakcích zvolených novinářů. V rozhovorech byli mnou oba pobízeni k vyprávění o všem, co jim k danému tématu připadá důležité. Sami tak nastolovali témata, která jsem se snažila identifikovat a následně je popsat v analýze empirické části předkládané diplomové práce. Tato interpretace v rámci analýzy je prováděna s ohledem na její hermeneutický nádech – *hermeneutická difference* značí rozdíl mezi tím, co bylo řečeno, a jak tomu interpret rozuměl, a kterou metoda IPA připouští, ačkoli se ji budu snažit maximálně eliminovat.

Rozhovor s oběma účastníky bych charakterizovala na pomezí mezi polostrukturovanými a nestrukturovanými, tedy narativními rozhovory. Zvláště v případě Jaroslava Kmenty se rozhovor ubíral na základě témat, o kterých se více rozhovořil. Rozhovor trval hodinu a půl, a jistě bychom mohli mluvit dalších několik hodin, a možná bychom nevyčerpali veškeré mé připravené otázky. Zde bylo vzhledem k respondentovu naturelu blíže k narativnímu rozhovoru, což rozhodně nepokládám za limit práce. Odpovědi na základní výzkumné otázky jsem získala, a mohla jsem navíc pocítit subjektivní prožívání verbalizované respondentem. S Pavlou Holcovou jsem vedla rozhovor necelou hodinu, za kterou jsem získala odpovědi na všechny připravené otázky. Reflexe novinářky byla nesmírně výstižná a velmi vypovídající. Mnoho odpovědí ve mně však vzbudilo zájem o další kontext, na jehož základě se rozhovor vyvíjel též mimo připravenou osnovu

¹ Kompletní přepis rozhovorů je obsažen v příloze diplomové práce

3.5 Postup analýzy

V první části analýzy jsem se na základě přepsaných rozhovorů ponořila do perspektivy mých respondentů, pokusila se zmapovat důležité momenty jejich prožívání, které jsem následně z odstupu interpretovala vzhledem ke zvládnání situací, které jsem vytyčila v rámci výzkumných otázek. Snažila jsem se rozpoznat některé osobnostní charakteristiky, jejichž popis jsem podpořila hojnými citacemi z provedených rozhovorů.

Analýza číslo 2 je zároveň komparací zjištění u jednotlivých zpovídaných novinářů, nalezení možných průsečíků, které jsem se pokusila formulovat jako určité nadřazené kategorie.

4 Analýza 1 – Žitá zkušenost investigativního novináře

4.1 Pavla Holcová

Již v průběhu domlouvání rozhovoru mne Pavla upozorňuje, že nad svým prožíváním práce příliš nepřemýšlí, a že tedy neví, jak moc mi bude platná. Připravovala jsem se tedy na rozhovor s ženou, která jde do věci po hlavě a nezvažuje pokaždé, čím by ji daný krok mohl ohrozit a proč to vlastně dělá. V úvodu rozhovoru jsem se tedy snažila zmapovat největší stresory, včetně technických a finančních (i v rámci aktuální pandemické situace), a posléze též jejich vnímání Pavlou.

Zdůrazňuje stres plynoucí z nejistoty výsledku a ohlasu své práce. Její médium je nezávislé, finanční podpora přichází mnohdy ve výkyvech, a vzhledem k tomu, že se skutečně drží hodnoty veřejného zájmu a ne prosté atraktivitu témat, nemá představu, jaká bude čtenost a zda práce v publiku zarezonuje. Nejde o mechanistické provádění služby, ale vidím zde naopak podobnost s prací umělce, který se dává všanc a neví, zda někým ve společnosti pohne, a zdali se uživí. *„Ten stres je většinou z toho, že spoustu času a energie věnujete kauzám, u kterých nevíte, jak dopadnou. Jestli náhodou to nebylo zbytečné se tomu věnovat...a kromě toho, že nevíte, jak dopadnou, tak můžou dopadnout i dobře, všechno osvětlíte, ale nikoho to nezajímá. To je jeden z těch stresových prvků, a druhý je, že my fungujeme na základě grantů. To znamená, že my*

nikdy nevíme, jestli za šest měsíců ještě budeme fungovat, jestli budeme mít peníze na to, abychom si vyplatili platy a zaplatili nájem“. Vidíme touhu odvést svou práci co nejlépe nehledě na výsledek. Je zde určité implicitní očekávání, že poctivá práce („*dopadnou dobře, vše osvětlíte“*) přinese své ovoce, aniž by na ten výsledek byla přílišně fixována.

Pavla již v počátku zmiňuje kolektivní rozměr své práce, který v analýze zmíním ještě několikrát. V důsledku koronavirové situace totiž mnoho donátorů směřuje své peníze na pomoc s pandemií a nezávislá žurnalistika je na tom částečně bita. Grantů se nedostává a celá redakce je před Vánoci na pokraji sil. „*Myslím, že to bylo kolektivní vyčerpání, kdy jsme všichni v týmu jeli nadoraz. Nějaké věci se nedařily, nějaké odkládaly, a už jsme toho všichni měli dost“.* Přesto se Pavla se svou redakcí vrhla do nového roku v plné síle a vytyčila si před sebe mnoho nových výzev. „*To je tím, že pak byly Vánoce a nepracovala jsem. To byl takový reset, a pak už jsem to zase dávala“.*

Také o frustraci mluví v gardu krátkodobosti a pomíjivosti oproti celkovému významu, smyslu a naplnění vykonávanou prací. „*Co se týče frustrace, tak já pořád vidím smysl v té práci, baví mě, naplňuje, a vím, že ta frustrace je tady teď v ten okamžik, a že brzy přejde. S tím se dá pracovat“.* Vidíme, že považuje za nezbytné přehodnocovat své prožívání a nepodlehnout, tak aby mohla svou práci, kterou považuje za důležitou, odvést co nejlépe. Pozoruji zde také velmi podstatný rys osobnosti, a to odložení uspokojení, které může hrát velkou roli v celkovém zvládnání této profese. Jde o rys budující se již v raném dětství, představující výzvu pro všechny rodiče. U Pavly hrála její maminka zřejmě velkou roli v utváření životních hodnot. „*Mně to samozřejmě bavilo, a hlavně jsem neznala nic jiného. Já jsem buď byla u babičky na nějakou dobu, anebo jsme někam jezdili s rodiči stopem, většinou po Evropě. Párkrát jsme byli autem, kdy jsme se tam snažili uživit, a myslím, že na tuhle práci mne to dobře připravilo“.*

Hodnotou, které si Pavlina matka váží, je také vzdělání. Při mém dotazu, zda byla překvapená (či posléze spokojená) s výběrem Pavliny kariéry, říká: „*Myslím, že byla velmi ráda, že jsem se dostala na vysokou školu. Navíc na vysokou školu, kterou jsem chtěla studovat. Myslím, že o tom pochybovala, že by mne někde přijali. O tom, že chci studovat žurnalistiku, jsme se bavily dlouhou dobu, takže to pro ni byla úleva, že jdu skutečně studovat“.* Vzdělání si cení i Pavla, když kromě žurnalistiky vystudovala i

iberoamerikanistiku, a ve studiu setrvala i v době, kdy měla dítě a musela vydělávat. Naopak každou praxi nepovažuje za zvláště cennou a je nutné hledat si, co komu dává smysl. *„První práce, kam jsem nastoupila, byl iDnes, který se tehdy rozjížděl jako jeden z prvních online zpravodajských portálů, a tam jsem zjistila, že to nechci dělat. Mne nebaví přepisovat ČTK – chtěla jsem dělat něco zajímavějšího, lepšího koncept. Tak jsem místo toho nastoupila do Člověka v tísni, což byla hodně jiná práce“.*

Při mapování stresujících faktorů jsme dle očekávání velmi brzy narazily na nebezpečí, kterému se Pavla svou prací vystavuje. *„Ten stres je často spojený s nějakým nebezpečím, protože se často dostáváme k věcem, a vydáváme věci, které jsou nebezpečné, a často si to riziko uvědomujeme, i když někde vzadu v myslí si ho nechceme úplně připouštět“.* Pavla často mluví v množném čísle, za celou obec investigativních novinářů. Když se jí ptám, jak se s krizovými situacemi vyrovnává, nejprve opět nevztahuje dotaz k sobě, ale říká *„každý podle svého“*, na což obracím dotaz skutečně na ni, a tak odpovídá: *„Já moc neumím mluvit o tom, co se děje ve mně, ale většinou to řeším tak, že se na chvíli snažím odtrhnout od té práce. Je ale pravda, že asi na to nejsem moc citlivá...že mám asi na to sníženou citlivost. Myslím, že jsem tu hranici měla posunutou vlastně od dětství...jak mi říkala máma. (...) Na rozdíl od frustrace se s tím ale pracuje hůře, s tím, že nechci ohrozit ostatní“.* Novinářka zdůrazňuje oddělení frustrace a stresu z možného nebezpečí, kde vidí navíc rovinu svých bližních, kteří jsou těmi, které zohledňuje ve vykonávání své práce. Navzdory tomu přiznává, že se odjakživa méně bála – vždy to měla posunutě. Přesto se navíc s léty v této profesi její hranice obav ještě posouvala: *„Člověk navíc otupí postupně, takže výhrůžky, které by dříve bral vážně, tak časem přestane brát (...) Ano, občas některé věci mě dokážou rozhodit, ale ubývá jich“.*

Mluvily jsme spolu o období práce v iDnesu, které jí pomohlo uvědomit si, že v práci potřebuje vidět větší smysl. Kromě toho, že Pavla v té době necítila profesní naplnění, šlo především o velmi náročnou etapu života, jelikož se jí narodila dcera, stále ještě studovala, stejně jako její muž, který také zároveň pracoval. V iDnesu dělala noční směny, a vzhledem k tomu, že právě kojila, muž jí na přestávky v noci nosil dceru před redakci. *„Bylo to hrozné, ale vlastně když jsem odešla z iDnesu a nastoupila do Člověka v tísni, tak jsme si s mým mužem říkali, že když jsme zvládli tohle, tak už zvládneme“.*

všechno, a že nic tak hrozného snad v životě nezažijeme. (...) Já myslím, že člověk, když něco prožívá, tak nemá čas o tom přemýšlet, ale když to skončí, tak si to uvědomí. Zpětně pak reflektuji, že to bylo vyčerpávající období“. U Pavly je zjevná strategie nacházení na všem něco dobrého, a navíc zkušenost mnoha náročných okamžiků ji posílila a podpořila její vidění budoucnosti jako pozitivní. Vidíme tendenci nevyhýbat se náročným situacím, ale naopak jimi projít, a po skončení vnímat posun, jehož bylo dosaženo. Posílení ega, možná i vlastní účinnosti (self-efficacy), a zároveň posílení na úrovni partnerství. V rovině sociálních vztahů se jeví u Pavly linka partnerství „v dobrém i ve zlém“.

Jak vyplývá ze zkušenosti v deníku iDnes, Holcové hluboce vadí rutina a práce, jež negeneruje patřičný význam pro společnost. Na můj dotaz, co bylo v Člověku v tísní tak odlišné, odpověděla: *„Rozhodně možnost ovlivňovat věci a vidět hlubší smysl v tom, co dělám, což tam nebylo. A potřeba dělat si věci po svém“.* To, co ji v práci žene vpřed je poznání dostavující se po intenzivním pátrání. To, že skládačka do sebe zapadne – a dává to smysl. *„Nemám úplně pocit, že bych měla na něco vliv, ale je to ten okamžik toho prozření, kdy to začne dávat smysl. Řešíte něco, máte nějakou hypotézu – nevíte, co bude, a najednou k Vám začnou přicházet ty informace a skládat se, že si řeknete „aha, tak takhle to bylo“.* A tento motiv ji pak obvykle žene hlouběji a hlouběji do problému, kvůli čemuž bývala obvykle do práce ponořená téměř veškerý čas: *„Nezvládala jsem to samozřejmě (pozn. oddělovat práci a volný čas). Je to tak, že některé věci mi vžadu v hlavě běží, i když už je neřeším, ale bylo to horší. Myslím, že teď většinu víkendů v roce dodržuji klid, že nepracuji. Většinou se snažím o to, že když přijdu z práce, tak hned nezačnu pracovat znovu, takže už je to lepší. Musím se pochválit. Musela jsem se nad tím zamyslet“.* Změnu začala iniciovat s postupným vyčerpáním, kterého si všimli její kolegové. Poradili jí, aby si více hlídala, jak moc pracuje.

Humor, někdy i černý, a klidně na svoji adresu, patří mezi Pavliny strategie zvládnání. *„Rozhodně musím být pragmatická, ale je to se mnou naprosto v souladu. V souladu je i určitá míra cynismu, což mi přijde ještě silnější, než pragmatismus“.* Tento typ humoru projevuje i v odpovědi na nejnebezpečnější situaci, v jaké se kdy vyskytla - se šibalským úsměvem a náznakem smíchu říká: *„To se těžko odhaduje, když jsem ještě naživu“.* A popisuje okamžiky, kdy byla maximálně chráněná, ale po určité době se

zjistilo, že je nejspíše mimo nebezpečí: „*To bylo po vraždě Jána Kuciaka, když jsem já a moje rodina dostala policejní ochranu a všichni mi neustále opakovali, že jsem ve velkém nebezpečí. To byl nepříjemný pocit. (...) zpětně jsem v tom nebezpečí asi nebyla. Nemyslím si, že by Marian Kočner plánoval moji vraždu*“. Faktor nebezpečí i samotná otázka smrti je něco, co investigativní novináři musejí brát v potaz.

Se smíchem vypráví: „*No my s kolegy si říkáme, že jak někteří lidé si píchají do mapy ty vlaječky, kde už byli, tak my si můžeme píchat vlaječky na místa, kam už nemůžeme právě kvůli naší práci – že by nás buď nepustili, vyhostili nebo zavřeli*“. Zde se nabízí i zdánlivě jasná, ale přitom hlubší skutečnost nezájmu o bytí za dobře se všemi, skutečná nezávislost na přijetí někým vnějším.

Situace, na kterou paní Holcová naráží, se váže k jejímu zážitku z vězení, z doby, kdy na Kubě v rámci Člověka v tísní školila kubánské novináře. Určité nepřipouštění si rizik je tím, co Pavle pravděpodobně umožňuje vykonávat tuto práci, a vlastně ji i k ní přivedlo. „*On to byl vlastně velmi zajímavý, pozitivní zážitek. Já si vůbec nepřipouštěla, že by to mohlo narůst do nějakého většího problému, že bych reálně mohla na několik let skončit ve vězení na Kubě. A nakonec nás po pár dnech pustili, ale měli jsme ten čas s kolegou, investigativním novinářem, si popovídat o tomto stylu žurnalistiky, a tam jsem se rozhodla, že právě to chci dělat*“. (...) *Po tomto projektu, který měl za cíl podporovat kubánské novináře, školit je, a vozit jim materiál, aby mohli fungovat, jsem dostala na starost další kubánské programy na obranu ostatních lidí v opozici a disentu. Vlastně jsem se tak dostala k investigativní žurnalistice*“.

Pavla připouští, že míra reflexe je u investigativních novinářů velmi různá, a že někteří si naopak subjektivním vnímáním svého nebezpečí přidávají na důležitosti. Jiní naopak racionalizují: „*Všeobecně si myslím, že je to problém spousty novinářů, že se u nich sváří to, že kdyby mě někdo chtěl ublížit, tak by na to musel vynaložit čas, energii, jít do nějakého rizika, a já mu za to určitě nestojím*“. Nebezpečí je téma, na jehož základě novináři definují část své (profesní) identity. „*Někdy se říká, že novinář je tak silný, jak silné má nepřátele. Myslím si, že to má ale jen uklidňovat ty lidi, co jsou v první linii*“. Pavla se řadí k těm, co případné hrozby v sobě spíše potlačují, aby zároveň v pátrání došla co nejdál, a zároveň tím nebyl postižen její soukromý život. Na otázku, zda přemýšlí hodně dopředu, odpovídá: „*Ne, asi bych měla víc, ale snažím se najít hranici*

mezi tím normálně žít, a dělat tuhle práci. Člověk si to nemůže úplně připouštět a brát, a chovat se paranoidně“. Snaží se oprostít od různých racionalizací, či intelektualizací, mít od věcí odstup a vidět je spíše tak, jak jsou. *„Asi to ve mně nějakou naivitu zabíjí, ale zase k čemu je naivita, že?“* Snaží se nic si nenalhávat a blížit se k pravdě, nevzdoruje vlastním proměnám.

Jako opravdu významný zdroj zvládnání se u novinářky ukázala týmová podpora, což je patrné z několika výše citovaných odpovědí. Kromě rodiny a přátel vyzdvihuje Pavla tým lidí z její redakce, od nichž čerpá energii. *„Je to i tento tým lidí, se kterými sice málokdy řešíme osobní věci, ale je to tým lidí, na které se mohu spolehnout, a to je velký díl energie“.* Jde o zajímavý moment, kdy v určitém kontextu není zapotřebí svěřování, aby člověk pocítil sounáležitost. U Pavly Holcové je to zřejmě ten společný cíl, který je drží na jedné lodi. Člověka dělají činy – stačí vědět, že bojují za stejnou věc.

Spolupracující investigativní novináři také sdílejí informace, které průběžně zjišťují, aby se tak navzájem chránili. *„Myslím, že není moc nebezpečnějších věcí pro investigativního novináře, než být solitér. Dávat najevo, že ty informace, které mám, má i mnoho dalších lidí, a že když mě zabijí, tak ničemu nezabrání, a kdokoliv to může vydat, je dost silná ochrana. Zvyšuje to náklady na to mi ublížit, protože by museli i dalším 15 lidem“.* Tato vzájemnost působí jako přátelské pouto, které připodobňuje horolezci jištění jedním lanem. Navzdory pomalu umírající naivitě tak novináře může držet nad vodou toto upřímně zažívané lidství. Pavla v rozhovoru zmiňuje *„radost a vděčnost, že pracuji v týmu lidí, kteří jsou úplně skvělí“.* Nehrouť se z toho, co se ve světě děje, ač se aktivně snaží o změnu. *„Kdybychom neměli špatné lidi, tak si neuvědomíme, že jsou tu i dobří lidé, takže je potřeba nějaký kontrast, abychom vůbec věděli, co se děje“.* (...) *„Zase to vyvažuje, když mluvíte s někým...jako třeba před týdnem jsem dělala rozhovor se slovenským vyšetřovatelem, Jaroslavem Láskou, který naopak dobře ví, co je pro něj správné, a co už ne. Na někoho by mohl působit velmi naivně, ale vlastně mně to vrátilo tu víru v dobro lidstva a nezkorumpované policajty“.* Víra v dobro hraje u Pavly velkou roli. Bez určitého optimismu – obsaženém v samotném nalézání smyslu v aktivitách, by nemohla tuto práci dělat s takovým nadšením. Tento optimismus si však nenavozuje uměle, nic si nenalhává, ale setkání s dobrým člověkem zvenčí podpoří její vnitřní pozitivní naladění.

V rámci své práce Pavla cestuje různě po světě. Standardně tráví několik dní až týden každý měsíc v zahraničí. *„A z těchto služebních cest pak byly někdy takové úchylárny, že jsem letěla na 24 hodin do New Yorku nebo na 4 dny do Peru. Naštěstí netrpím na jet lagy, takže se to dalo, ale i tak to bylo hrozně fyzicky náročné si dávat takhle dlouhé lety pár dní po sobě“*. V současné koronavirové době však veškerá mezinárodní jednání probíhají online. Vzhledem k decentralizované síti novinářů z celého světa, se kterými Holcová spolupracuje, byla online komunikace běžná i dříve, avšak přesto se často na pracovních cestách setkávají: *„Chybí nám ale to, že se jednou za čas vidíme a probereme nejen práci, ale i ostatní věci“*. O svých kolezích z Organized Crime and Corruption Reporting Project (OCCRP) mluví taktéž ihned po mém dotazu na lidi, ke kterým vzhlíží s tím, že jsou to skvělí lidé. *„Asi bych o nich ale nemluvila, že jsou to moji hrdinové – na to se známe příliš dobře“*.

S tuzemskými novináři spolupracuje Pavla spíše zřídka, jelikož dělá jiný typ žurnalistiky: *„Tím, že jsem rovnou vpadla do toho, že dělám mezinárodní kauzy, a ostatním zahraničním novinářům pomáhám zprostředkovávat informace z České republiky a ze Slovenska, tak můj přístup je opačný a často se míváme“*. Kauzy, kterými se na mezinárodní úrovni Pavla zabývá, však mají obvykle vliv i na Českou republiku a zdejší politiku taktéž prožívá. Ke kauze únosu Babišova syna na Krym říká: *„My jsme se o tom bavily včera s kolegyní, kdy ona říkala, že byla přesvědčená, že tahle kauza už národem pohne. Málokdo pochopí dotace a finanční machinace, ale to, že otec nechá unést svého syna do válečné zóny, tak to už snad pochopí úplně každý. Nevypadá to“*.

Nejen ze spolupráce s kolegy novináři se skládá práce investigativního novináře. Spolupracovat je výhodné též s vyšetřovateli a různými dalšími aktéry. *„Nejsou to desítky policistů, ale v zemích, kde řešíme nějakou větší kauzu, tak s nimi potřebujeme mluvit, ať už je to na Slovensku nebo v Peru. (...) Nemusí z toho vzniknout hned rozhovor, ale jsou schopni doplnit mi ty části mozaiky, ke kterým já bych se nikdy nedostala. Řeknou mi třeba, kam je potřeba se podívat, s čím to zkonfrontovat“*, říká s odkazem na spolupráci se slovenskými vyšetřovateli.

Svou roli vidí Pavla většinou spíše jako součást celku týmu novinářů. Snaží se držet při zemi a nemít dojem, že jejím vlivem padají vlády. *„Rozhodně nevstávám s tím, komu to nandám dneska“*, směje se novinářka. *„Párkrát se stalo, že jsem si říkala, že v tom mám*

možná nějaký podíl, ale nikdy se nedá říct, že jsme vydali tuhle kauzu a padla vláda. Vždycky toho muselo být více najednou. Pak si člověk říká, že v tom má nějaký podíl, ale většinou mám pocit, že je to výsledek snažení někoho jiného a já k tomu jen přispěla. (...) a většinou to zjistím až později, jako třeba v Makedonii“, dodává k pádu vlády, ke kterému přispěla. Vyjadřuje pokoru, ale působí zároveň zdravě sebevědomě.

Energie do dalších dní se Pavle dostává především od lidí, co ji mají rádi a ona má ráda je. *„Ti, co jsou mi schopni leccos prominout“.* Kromě bytí s rodinou, přáteli a kolegy chodí ráda na výlety, a to obzvláště, když je ošklivé počasí – aby se vrátila zpátky na zem a uvědomila si ty podstatné věci. *„Když jdu na nějaký výlet a je hrozně hnusně. Pak se vrátím, potom, co jsem celou dobu myslela jenom na to, jak přežít to hnusné počasí, a nic jiného. To se pak většinou vrátím do tepla, dám si dobré víno, a svět je najednou úplně v pořádku“.* Prožitky diskomfortu, kdy se hlavou nemohou honit žádné zbytečné myšlenky a ego se tak vlastně rozpouští, ji přivádějí k sobě samotné. Při řešení základních lidských potřeb se vrátí do rovnováhy a ví, za co může být vděčná. Stav, který popisuje, se podobá *chórismu* u Platóna – nelze jít dopředu, ani zpátky, člověk nemá co ztratit a nazírá sám sebe nahého, bez jakékoli jistoty. Právě tento prožitek, zažívaný často ve sportu, kdy ze sebe již vydal vše, mu pomůže jít vědomě dál, posílený.

Důležité pro pochopení toho, co Pavla Holcová dělá, jsou její hodnoty. V jedné z otázek mne zajímalo, co je tím, co se snaží předat své dceři – k čemu ji vede, odpovídá: *„k zodpovědnosti“.* Zodpovědnost je tím, co se v Pavliných výpovědích vyskytuje jak explicitně, tak ještě častěji implicitně. Na můj dotaz, zda se jí práci nějak změnil žebříček hodnot, odpovídá, že ji především změnilo mateřství tím, že si uvědomila svou smrtelnost. Zodpovědnost vůči dítěti a rodině obecně tvoří nárazníky, které do jisté míry tlumí její souběžnou odpovědnost vůči světu. Ta se u ní pojí též s užitečností. Při dotazu, jaké jiné povolání kromě žurnalistiky by si vybrala, jako první ji napadla zdravotní sestra: *„to je takové důležité a užitečné. Ale moc si nedokážu představit, že bych dělala něco jiného, ale když už, tak ať to stojí zato“.* Druhou důležitou hodnotou je spravedlnost. *„Myslím, že jsem mnohem citlivější k tomu, co je fér, a mám mnohem větší povědomí o právu. Předtím mi to bylo vlastně jedno. Ted' mě baví sledovat i ty nuance, když se mluví o právu“.* U povolání novináře zdůrazňuje také pokoru a apel na to mít

stále hlavu otevřenou – „...pokora v tom, že nevím, jak přesně to bylo. Je hrozně důležité nemít dopředu jasný názor. Mělo by pro něj být stejně validní hypotézu potvrdit, jako vyvrátit. Poté, když mu něco lidé vyprávějí, tak poslouchat, a ne jim cpát svou verzi světa nebo té kauzy, a proto si myslím, že je potřeba pokora“.

To, čeho si na lidech váží, je také určitá zodpovědnost vůči světu, sobě, dané situaci. „Vlastně docela vzhlížím k úplně normálním lidem, kteří se v nějaký okamžik dokázali zachovat správně, ne cestou nejmenšího odporu, ale naopak cestou, která pro ně bude náročná“. Obdivuje překonání se pro dobrou věc. Překonání se, zlepšování, tendence být platná a využívat svůj potenciál – to cítím v její odpovědi, co pro ni znamená svoboda: „Občas mít chvíle, kdy nemusím – kdy vím, že nemusím vůbec nic, ale naopak můžu“. Aniž by cítila nějaký vnější tlak, má v sobě touhu z vlastního popudu něco vytvářet. Svoboda, která v sobě již obsahuje onu zodpovědnost, aby mohla být duše šťastná a se sebou spokojená, je pro Pavlu nesmírně důležitá. Především za ni je vděčná. „Je to vděčnost, že se do práce těším, vydělám si na sebe, i když ty platy nejsou nějak závratné – asi bych řekla, že i podprůměrné. Dělán práci, ve které vidím smysl, a jsem svým způsobem naprosto svobodná. Za to cítím vděčnost“. Jeví se mi, že právě tyto vytyčené hodnoty jsou tím motorem, který Pavlu žene vpřed. To je odpovědí na mou hlavní výzkumnou otázku. Navzdory všemu jsou hodnoty zodpovědnosti, spravedlnosti, svobody a završujícího smyslu určujícím momentem.

4.2 Jaroslav Kmenta

Rozhovor s panem Kmentou se nese v duchu jeho obrovského zápalu pro svou práci, jenž se pojí se snahou být neustále lepším v tom, co dělá. V některých obdobích byl svou prací možná pohlcen do té úrovně, že si dostatečně neuvědomoval ostatní aspekty svého života, a zdálo by se, že jej práce ovládá. V určitém okamžiku měl však možnost svůj život zhodnotit, a tak si potvrdil správnost svého implicitního jednání.

Rozhovor začínám otázkou na charakter práce investigativního novináře, tak jak ji respondent vnímá, včetně nároků na novináře. Jaroslav uvádí nutnost všestrannosti novináře, která není nezbytností jen v investigativě, ale i v klasickém zpravodajství. „Ono se to nezdá, ale když jste novinář, tak jste člověk několika profesí zároveň“. Ačkoli musí novinář umět analyzovat informace jako počítač, aby se zorientoval

v dnešním toku informací, jak dodává: „*Nebýt jen stroj, být pracovitý nestačí*“, na což navazuje apelem na lidskost a upřímnost investigativního novináře. Při práci se zdroji musí být podle Jaroslava novinář trochu jako psycholog. „*Částečně, když na to někdo má, tak musíte být takový psycholog duše, protože mluvíte s lidmi, kteří mají své osudy a problémy, které na vás valí, a vy je potřebujete vyslechnout – chcete jim pomoci, ale vlastně na vás valí negativní energii ze svého světa, a tomu když propadnete, tak se zhroutíte. A tak si to nesmíte vzít příliš k sobě. Odstříhnout se od toho*“. Zájem o lidské příběhy, ale nutnost určitého odstupu reflektuje Jaroslav stejně jako mnoho psychoterapeutů. Toho, aby se mu zdroj otevřel, může totiž docílit jedině tím, že mu bude plně důvěřovat, a to není možné jinak, než za cenu vlastního sebeodhalení. Tím do toho dává kousek sebe. Tato upřímnost, autenticita a vyslání signálu rovnocennosti (možné jen za předpokladu vlastního vědomí rovnocennosti), je nutnou součástí procesu, který Jaroslav nazývá „zkafováním“. „*U investigativní žurnalistiky je pak důležité se umět „zkafovat“ – nebát se otevřít lidem (...) což s sebou nese též schopnost empatie. A nastolit mezi sebou důvěru. Získat důvěru si můžete jen, když budete takový, jaký jste. (...) je možné jen ve chvíli, kdy se chováme, jako bychom byli na pivu (...) protože co my jsme jako novináři? Jsme obyčejní lidi, kteří píšeme články, a děláme práci ve veřejném zájmu*“.

Kmentova práce je tak do určité míry tažena příběhy lidí, o kterých píše – snahou jim pomoci, ačkoliv má jen omezené pravomoci. Uvědomuje si svou roli ve společnosti a snaží se ji maximálně využívat. „*Novináři mají tu sílu rozsvítit světlo ve tmě, když někdo provádí nějakou lumpárnu a snaží se zhasnout. To znamená, že když napíšete článek, který si přečtou stovky nebo tisíce lidí, tak se třeba ten lump rozhodne nakonec jít o dům dál. My rozsvěcíme, ale ty životy a problémy si stejně musí vyřešit sami*“. Jeho angažovanost ve všelidských problémech je motivována celoživotním hledáním pravdy a optimismem, vírou v dobro. Za této podmínky se pak zákonitě setkává s frustrací a pocity zmaru. Ačkoliv je nějakou dobu schopen obrnit se proti těmto pocitům, vždy jednou nastanou zlomové chvíle, se kterými se vyrovnává hůře.

„*Vy napíšete článek, a ono nic, premiér neodstoupí, nic se děje, to zlo pořád chodí po společnosti a páchá další zla. Když tu práci děláte tři dekády, tak to občas zažijete v plné palbě. A tady si myslím, že jsem našel nějaký mód, že si to nesmím tolik brát. I*

když tu novinářskou práci děláte s tím, že věříte v dobro. Já k tomu tak přistupuji – věřím v dobro (...) hledám tu objektivní realitu (...) V tu chvíli si musím říct, že jsem jenom a jenom člověk a jen novinář, a nesmím si to tak brát (...) Já jsem si prostě vždycky nějak uvědomil, že připouštět si velké množství frustrace je cesta do pekel“.

Pro Kmentu je důležité být sám sebou, což u něj obnáší snahu ovlivňovat, pomáhat, ale musí pak regulovat svou frustraci z přirozeně omezené vlastní moci. Když se zamýšlím, co je za tím prostým rozhodnutím „*nesmím si to tak brát*“, myslím, že je to část racionalismu a pragmatismu, která všem pomáhá přežít ve světě a jít dál, a zároveň naopak díl optimismu – především víra v budoucnost, a nutnost být v budoucnosti světu ještě něco platný. „*...pokud byste si to extrémně připouštěli k tělu a byli frustrovaní z každé blbosti, tak tu práci nemůžete dělat. Ono by to na Vás bylo i vidět, že přijdete do redakce rozklepaný, úzkostný, se strachem cokoli dělat, protože Vás to sžírá*“. Je zde pravděpodobně nějaká síla s překážkami se prát, prostá odvaha. Vnitřní síla vzdorovat strachu, která by ochromila duši i tělo. V osobnosti Jaroslava je znatelná touha po dobrodružství v objevování skrytých souvislostí a vzdorování překážkám – pokud by jej ochromil strach, nemohl by dělat na tom, co jej nabíjí živoucí silou. Jeho odolnost vnímám jako sílu žít život dle svých představ navzdory překážkám. Odolnost je převážení živoucí složky v osobnosti, ovládnutí strachu. Podle samotného novináře je to něco, co člověk v sobě prostě buď má, anebo nemá. „*To se určitě vybudovat nedá, naučit se a udělat ze sebe skálu, po které to stéká...to v žádném případě nefunguje. Záleží na tom, jací jsme, možná i dědičně*“.

Jaroslav Kmenta je dle mého názoru význačný tím, že všechno dění sleduje optikou běžných lidských interakcí a problémů. Nic lidského mu není cizí, a díky tomu je schopen dostat se hlouběji. Je to člověk, který přemýšlí v příbězích, jak je znát z jeho knih, a to ho posune vždy o krok dále. „*Později jsem zpozoroval, jak je vlastně svět velmi často problematizován vztahy muž a žena, což se ukázalo v mnoha kauzách. (...) Nebýt toho, že tam byl nějaký spor manželů, tak bychom se možná k těm informacím ani nedostali, a možná by ta kauza skončila velmi brzy. (...) Já jsem s tímhle fenoménem vždycky pracoval. (...) Nesmíte se nechat odradit tím, že je to osobní téma. Když řešíte tak brutální věci, jako je korupce v řádu desítek milionů, či začlenění do podsvětí nějakého politika či úředníka, tak musíte přemýšlet novinářsky jinak*“.

Kmentova snaha jít vlastní cestou, nebát se být odlišný, přemýšlet flexibilně, a ne běžnými způsoby v zajetých kolejích, je jeho receptem na dobrou novinářinu. „*Vy si musíte sami vyhledávat ta témata a jít svou cestou. (...) já se chovám, jak to cítím. To vždycky říkám i svým studentům: nechovejte se tak, že byste to odkoukali od nějakého akčního hrdiny nebo že byste to vyčetli v nějakém románu. Chovejte se jako vy, tu osobnost si zachovejte. Samozřejmě musíte být slušný, v rámci pravidel, ale chovejte se úplně normálně. (...) Každý má svoje limity, ale buďte prostě svůj. A to se mi vyplatilo vždycky, být přirozený*“. Vidíme zde touhu po autonomii a svobodě ve svém konání. Ducha svobody, autenticity a originality se snaží předat také mladým novinářům, se kterými spolupracuje. Náš vlastní přístup je tím, co nás zachrání před zapadnutím v propadlišti dějin. Nemá cenu si stěžovat, kam se svět ubírá a jaký to má na nás vliv, ale chovat se stále tak, jak to umíme nejlépe.

Jako významný faktor odrazující některé novináře uvádí Jaroslav velký stres, zvláště časový, jemuž jsou novináři vystaveni. „*Musíte být odolný proti stresu, protože jste pod obrovským tlakem – časovým, pak také vnějším, že mohou přijít hrozby právníků, pokud zrovna píšete o velmi citlivých věcech. A pokud jdete do úplně šílených věcí a mluvíte s podsvětím nebo s politiky, pod kterými jsou rozviklané židličky, a vy máte tu informaci, která může způsobit jejich pád, tak oni tlačí ne přímo na Vás, ale na redakci. A Vy musíte být odolný vůči takové té osobní zášti, kterou na Vás sypou lidé, o kterých píšete... Často připomínají taková lidé draky, kteří po Vás šlehají ohnivě koule*“.

Časový pres (uzávěrka) a tlak na neustálé zlepšování může podle novináře dovést člověka až k syndromu vyhoření. Zvláště, pokud se do práce příliš zaangažuje, jak to viděl u některých kolegů, a tak si uvědomil, že je zapotřebí reflektovat svou práci a své mentální zapojení do ní. „*Vy děláte tolik věcí najednou, že Vás to sežere natolik, že nejste schopni odpočívat a dělat nic jiného, a pak Vás to přestane bavit a je to takový automatismus*“. Kmenta po několika letech také upozoroval, že je do práce ponořen natolik, že to negativně ovlivňuje jej i jeho rodinu. „*Přirovnal bych to k postupné rakovině*“. Byla to doba, kdy pracoval v Mladé frontě DNES na obrovských kauzách, pod jejichž vlivem padaly vlády a do toho psal intenzivně knihy. „*Je toho tolik, že to prostě sám neunesete (...) je to fakt síla, někdy si říkám, že jsem byl na hranici lidských možností*“. Jaroslav zmiňuje koloběh, ve kterém se vyskytoval: „*Já tehdy žil skutečně*

*jenom práci, od rána do večera – od chvíle, kdy jsem sednul ráno na vlak a začal načítat práci, až do chvíle, kdy jsem se v 10 nebo v 11 večer vracel domů. A když je to něco horšího, tak si to berete i do postele, pořád nad tím přemýšlíte, zdá se Vám o tom (...) Ono to zní blbě, to je přece jasné, že svět není jenom o práci, ale já jí propadl! Asi bych to jinak nemohl dělat tak dlouho, a nebavilo by mě to“. Celých 20 let žil v režimu, kdy téměř neměl víkendy, ale přesto se snažil dětem pomáhat, jak to šlo. Když někde ale musel být, nejel přes to vlak. Sám přiznává, že bez naprostého zaujetí a ponoření by nemohl tuto práci vykonávat. Vidí to jako podmínku dobře odvedené práce a nerad dělá věci polovičatě. Dále ho neustále poháněla dopředu detektivní zvědavost, která mu byla vlastní už od dětství. „Vy do toho jdete, protože je to pestré a zajímavé, a jak si lámete hlavu s těmi informacemi, tak máte radost, že jste na něco přišel. V tu chvíli Vás to uspokojuje – já jsem tady něco rozklíčoval a oni Vás za to ještě chválí a ještě za to dostávají peníze“. Jaroslava poháněla badatelská radost, touha po odhalení pravdy, a zatímco sleduje tento ústřední motiv, jako vedlejší produkty přichází ocenění a peníze, které jej také utvrzují ve správnosti nastavení toho koloběhu. Když publikoval reportáž *Pouštní horečka*, přijeli s ním dělat rozhovor američtí novináři z New York Times a agentury AP: „Mělo to tedy ohromnou odezvu a pro mne to byla prestiž, že jsem něco dokázal“.*

Když v době největšího stresu a obav navštívil psycholožku, v rozhovoru s ní pocítil, jak velkým zdrojem životních sil je mu rodina, což si v podvědomí uchovával. Ačkoliv přišel řešit své obavy související s prací, pochopil, že život není jen o ní a na vědomé úrovni začal pracovat s budoucí představou větší svobody v práci, tak aby žádná ze složek jeho života nebyla ochuzena. Novinář se mnohdy srovnával se starými kamarády, kteří měli standardní pracovní dobu, po níž následoval volný čas, sport a zábava. „Když jsem poslouchal ten jejich život, tak oni měli úplně jiné priority a jiný životní standard – já jsem úplně zíral (...) a já jsem si najednou říkal: tyjo, já žiju úplně šílený život“. Uvědomil si ale, že svou práci miluje, vidí v ní hluboký smysl a nechce za sebou pálit mosty. Dospěl k tomu, že je potřeba držet se zlaté střední cesty – vytvoří si čas na rodinu, na načerpání energie, ale své práce se nevzdá. „Tohle jsem si vybral a baví mě to, a tak si musí člověk odpustit to, že nebude žít život jiného typu, byť se to může zdát, že je to fajn. Je ale možné, že by mě to ani nebavilo – že se svým přístupem k věci a povahou bych byl nešťastný v roli těch kamarádů. Je ale fakt, že si musíte

udělat režim ve smyslu vyspat se a odpočinout. Tělo máte jenom jedno, a když to přeženete, tak můžete skončit na psychiatrii“. Jaroslav dospívá k tomu, že práce je jeho bytostnou součástí, a je ochoten pro ni mnoho snést a překonat. K frustraci se v průběhu rozhovoru dostáváme několikrát, kdy ji však Jaroslav vnímá jako něco krátkodobého, co jej nemůže zbrzdit: *„Dennodenně nemůžete být šťastný z toho, co děláte. Někdy to přijde a občas malou frustraci zažijete, pak ji zaženete, a jede se dál. Vždycky z devadesáti procent vítězí to být tím novinářem bez ohledu na to, co to obnáší“.*

V jistotě, že dělá správnou věc, a měl by pokračovat, utvrdila Kmentu stáž investigativní žurnalistiky v USA v roce 2000, kdy měl za sebou zhruba deset let práce. Zatímco v Čechách byli investigativní novináři mladí lidé, kteří její základy pokládali sami, intuitivně, bez možnosti se od kohokoli učit, a brzy se tak stali ve svém oboru uznávanými, ve Spojených Státech byla dlouhá tradice svobodných médií a tohoto typu žurnalistiky. *„...to byl pro mě odrazový můstek, jak skočit někam dál ve svém profesním životě. Tam jsem našel tu vnitřní jistotu, že dělám tu práci správně“.* Kolegové, se kterými se tam potkal, byli lidé s dlouhou kariérou, kteří měli na svém kontě mnoho zásluh. Setkání s nimi pro něj bylo obrovskou inspirací, zvláště v případě jednoho novináře, co skončil s rutinní žurnalistikou a odvážil se založit vlastní malou redakci. *„To pro mne byla pecka, řekl jsem si, že to chci, a zase jsem si z toho udělal mezičlánek“.*

Tvorba úsekových cílů je jednou z copingových strategií Jaroslava Kmenty. Začal s tím už v dětství a tyto cíle mu vždy pomohly dosáhnout vytyčených ambicí. Od prvního stupně základní školy se Jaroslav velmi věnoval fotbalu a snil o kariéře trenéra. Ačkoliv rodinou nebyl tlačěn k vykazování perfektních výsledků a školu spíše flákal, když mu bylo řečeno, že aby se stal trenérem, musí mít vysokou školu, začal na sobě pracovat. *„Já jsem to tehdy nastartoval a v 8. třídě jsem měl samé jedničky a šel jsem na gympl. Uměl jsem si to tehdy v sobě nastavit, že jsem šel za nějakým cílem. Maminka ale vlastně tohle neřešila, naopak byla ráda, že jsme přežívali. Samozřejmě potom, když jsem šel na gympl, a pak na vejšku, tak byla hrozně šťastná“.* Toto vnitřní sebeřízení na základě vlastní odpovědnosti možná Jaroslavovi v životě pomáhalo mobilizovat síly k překonání nástrah a také k uvědomění si kapacity svých sil. Úsekové cíle si začal častěji vytvářet v devadesátých letech, aby věděl, kam směřovat – co je navzdory

mnoha pracovním úkolům jeho hlavním posláním, které má význam pro něj samotného. Jedním z těchto cílů, které si před sebe postavil, bylo napsání knihy *Pouštní horečka* o kauze, které se intenzivně věnoval, jež měla mezinárodní přesah, a především se jednalo o vyvrácení lží, které měly uklidnit veřejnost i nemocné vojáky. Díky knize mohl tuto etapu pro sebe uzavřít.

Domnívám se, že psaní knih je pro Jaroslava dalším samostatným zvládacím mechanismem. Když dává volný průchod svému narativnímu ladění, vypíše se, formuluje své poznatky způsobem, jaký je vlastní jemu, a ne jakým je to běžné ve struktuře novinového článku, posouvá se dále, překonává události. Sublimuje je tvůrčím způsobem. Jak sám říká, kapitolu tak může uzavřít a pracuje dál.

Způsob, jakým se Jaroslav odpojuje od přemýšlení nad prací, je chozením na dlouhé procházky. „*Procházky se pro mne staly únikem z reality a regenerací těla i mysli. Chodil jsem celé hodiny a pak jsem to dotáhl do takové úrovně, že jsem začal chodit tak rychle, že je to skoro takový indiánský běh – chvíli jdu a chvíli skoro běžím. Tohle mi hrozně pomohlo. Pak jsem si uvědomil, že si nesmím nechat utéct život mezi prsty, protože nesmím dělat jen tu práci, protože pak budu nešťastný*“. Jeho popis prožívání vycházek si představuji jako určitý stav meditace, kdy se jeho mysl naprosto očistí a tělo se samovolně dostává do stavu blížícímu se *flow*.

Co se týče sociálního rozměru Kmentovy práce, mi za zmínku připadá důležité, jak lidský způsob v komunikaci se zdroji využívá. Ono „zkafování“ na mě působí jako způsob, jakým do svého, téměř výhradně pracovního, života nechává pronikat prvky volného času a přirozených interakcí. Jako člověk velmi společenský nenechá ve své práci převládnout formalismus. Ačkoliv dříve pracoval téměř neustále, svůj pracovní život si dokázal strukturovat na velmi rozličně laděné části.

Další cíl, jehož dosáhl, a kterým se oprostil od stresu, který sám vnímal jako nepřiměřený vzhledem k zachování duševního zdraví, byl odchod z deníku MF DNES v roce 2013. Určitou míru svobody si však Jaroslav již v tomto deníku. První odklon od běžného zpravodajství nastal zhruba po roce 2006, kdy začal intenzivně pracovat na případu zavražděného bosse podsvětí Františka Mrázka, na což dostával více času. Později v MFD založil s dalšími třemi kolegy samostatné investigativní oddělení. Získal

tak rovněž více času na psaní knih, které bylo ideální pro jeho hloubavou detektivní povahu, a zajistilo mu taktéž ekonomickou soběstačnost.

„To pro mne bylo skvělé, to bylo východisko ze stavu neustálého stresu dennodenní práce, který mne ničil (...) My byli výjimeční tým, že tu ten prostor byl, a zároveň se tu utvořila skvělá parta lidí, která tomu propadla. Jestli Vy se na mě díváte, že já jsem posedlý tou prací, tak si představte, že Mladá fronta DNES v době, kdy tam nebyl Andrej Babiš, tak nás tam bylo třeba dvacet takhle posedlých (...) Mladá fronta DNES byl dlouho takový ostrov svobody, kde jsme skutečně mohli pracovat zcela svobodně na tom, co bylo pro společnost cenné a důležité“.

Jakmile však Andrej Babiš, multimiliardář vstoupivší do politiky, koupil v roce 2013 vydavatelství MAFRA, pod něž patří i Mladá fronta DNES, Kmenta deník okamžitě opustil. Přidal se do týmu redakce nově vznikajícího měsíčníku Reportér se šéfredaktorem Robertem Čásenským, který MFD taktéž opustil. *„Ten rok 2013 mne vlastně vysvobodil tím, že mě hodil do toho levelu: hele, pojd' tu práci dělat úplně jinak, budeš tady v měsíčníku, budeš si dělat svoje knížky, budeš to dělat s větší pohodou, a budeš mít čas i na rodinu (...) Pro mne to bylo obrovské štěstí, protože já se zklidnil a více začal nasávat tu atmosféru rodiny. Takže všechno zlé je pro něco dobré – Babiš sice zmršil noviny a politiku tím, co udělal, ale já se vydal na cestu, o které jsem vlastně snil“.*

Novinář reflektuje i čas, který věnoval práci na úkor rodiny, a že se jí naplno začal věnovat, až když děti byly velké. Své rodině však pomohl ekonomickou soběstačností, koupil dokonce byt, ve kterém nyní žije jeho syn. *„Minus, že jsem nebyl úplně doma, je vyvážený tím, že jsem rodině pomohl zase nějak jinak“.*

Dlouho jsem se snažila přijít na to, proč mu trvalo tak dlouho osvobodit se, když je (novinářská) nezávislost a osobitý styl práce tím, co jej bezpochyby charakterizuje. *„Mohl jsem to udělat dříve a razantněji, ale okolnosti mě k tomu nenutily“.*

Dospěla jsem k názoru, že je za tím novinářovo poslání – touha odvádět svou práci v co nejlepším veřejném zájmu. Ačkoliv byl Kmenta sám zavalen prací, a nebyl tak svobodný, jak by si možná přál, jeho pracovní prostředí bylo, a mohl tak společně se stejně naladěnými kolegy odvádět práci tak, jak chtěl. *„Měl jsem takový sen odejít z*

„Fronty“, ale kdyby tam nebyl Babiš, a bylo tam pořád to svobodné prostředí a život, tak já bych byl ten nejšťastnější (...) Do toho tam ale přišel ten Babiš, a já to nakonec udělal takhle naostro, ale stejně jsem k tomu směřoval. Vy se formujete podle událostí, které zažíváte. (...) Můžete si klást ty dlouhodobé a krátkodobé cíle, ale stejně nevíte, kam vás to vyvrhne, a co budete dělat. Hlavní je, že musíte být šťastný z toho, co děláte. Takže vlastně, jak jste mě takhle rozebrala, tak já jsem šťastný člověk“, říká Jaroslav s lehkostí v hlase a upřímným úsměvem.

Choval se tak flexibilně s ohledem na to, kde je nejvíce platný – před její oligarchizací to byla MF DNES, kde měl svobodné podmínky k působení zajištěny. Správně však vycítil zlomový okamžik, kdy pro něj bylo samozřejmé posunout se dále. S tím, jak si zajistil pro sebe pohodlnější podmínky k pracovnímu působení i životu, nemohl ze své podstaty nereagovat na to, co se s českou žurnalistikou poslední roky děje. Česká média jsou z velké části ovládána několika miliardáři, kteří je vzhledem k úpadku výnosů odkoupili od zahraničních vlastníků, aby tak utvářeli lepší obraz svého podnikání v české společnosti. Kmenta si uvědomoval, že mladí novináři tak nemají moc příležitostí, kde se naučit kvalitní žurnalistice. *„Velké redakce generují nové a nové novináře, kteří jsou potřeba ve svobodném světě, aby vytvářeli tlak na politiky. Co se tedy teď naučíte v oligarchické Mafře? Nesmíte se dotknout politiky nebo vůbec Andreje Babiše. Takže tam se hrozně jako mladý zkazíte“.* Cítil potřebu nenechat roli žurnalistiky jako hlídacího psa demokracie uhasnout. Začal si tedy postupně budovat síť mladých novinářů, které zapojil do cyklu *Odložené případy*. Zároveň si tvoří síť pomocníků, kterým zároveň pomáhá v profesní kultivaci. Vzhledem ke své otevřenosti mladé generaci vlastně navázal, aniž by si to uvědomil, na své studium učitelství, a rozhodl se takto metodicky a proaktivně působit na českou novinářskou scénu. *„...mám ten dobrý pocit, že vychovávám novou generaci, byť to nejsou desítky, ale zatím třeba jenom tři“.* Pocit mezigenerační výměny kapitálu je dalším z projevů novinářova sociálního ukotvení. *„Na tomhle projektu vidím, jak mě ta práce s mladými lidmi baví, ačkoliv mi to bere více času, než jsem předpokládal. Je skvělé vidět, že to má smysl“.* Vlastnosti, které by u mladých lidí viděl rád, jsou „zdravé sebevědomí a odvaha nebát se“. Mezigenerační předávání a vedení je další aktivitou, ve které Jaroslav Kmenta našel smysl, který vnímám jako hlavní motor jeho produktivity.

5 Procesuální rozměr stresu

5.1 Vliv copingových (zvládacích) strategií a uvědomění vlastní kontroly na zvládání stresu

Strategie zvládání jsou reakce jedince na obtížnou situaci, které se obvykle dělí na aktivní a pasivní (Křivohlavý, 2012). Ačkoliv pojem strategie může navozovat dojem naučenosti efektivních technik každého jedince, Lois Murphy a kol. (1962) za *coping* považuje veškeré přirozené neautomatizované procesy, spustivše se v okamžiku výzvy či hrozby (dosud neznámé), s cílem ji překonat (Lazarus, 1966). Úspěšný výsledek pak nazývá *mastery* (dokonalé ovládnutí). Nabízí se zde též srovnání s obrannými mechanismy, kterými jedinci taktéž reagují na nepříznivou či ego ohrožující situaci, ale ryze na nevědomé úrovni. Může se jednat o popření, projekci, či například vytěsnění (Freud, 2006). Vzhledem k tomu, že má práce akcentuje zvláště pozitivně-psychologický diskurs a vychází z momentů přímo deklarovaných samotnými účastníky, pokládám za stěžejní zaměřit se na uvědomované strategie, jak je uvádí například Křivohlavý (2012). Ten se ve svém výzkumu zaměřuje především na pacienty s vážnými onemocněními, což je v tomto kontextu nejčastěji popisovaná skupina i ve světě. Navzdory rozdílnosti výzkumných skupin pokládám způsob nazírání Křivohlavého (2012) na strategie zvládání za velmi relevantní pro můj výzkum. Jím deklarované strategie vyrovnávání se stresem jsme mohli v hojné míře pozorovat v popisu prožívání mých respondentů, což podrobněji rozeberu v diskuzi. Stěžejní je dělení na strategie zaměřené na vyrovnávání se s daným problémem a zaměřené na vyrovnávání se s nežádoucím emočním stavem. Křivohlavý zdůrazňuje rozdílnost volby strategií u optimistů a pesimistů, čímž navazuje na výzkum Scheiera a Carvera (2002). U optimistů bylo mnohem častější volit strategii zaměřenou na řešení problému, ovšem i jejich smíření s problémem mělo akceptující charakter – častěji používali *reframing*, tedy změnu rámce a nahlížení na situaci, a taktéž *přijetí*, které autoři (2002) spojují s touhou být angažován na životě. Pesimisté na druhé straně měli větší tendenci problémy popírat, či rezignovat na jejich řešení. Jejich plánovací strategie tak byly neefektivní, jelikož byli uvězněni v síti katastrofického myšlení, zatímco optimisté přistupovali k boji aktivně.

Studie Susan Folkman (1984) z University of California v Berkeley se zabývá přístupem lidí ke stresujícím událostem z hlediska více proměnných. Autorka se soustřeďuje na uvědomění si kontroly nad krizovou situací, kdy u probandů sledovala taktéž strategie zaměřené na řešení problému a zaměřené na emoce (Folkman, 1984). Upozorňuje však na ne zcela přesvědčivý vztah mezi pocitem kontroly a snížením úrovně stresu. Zdůrazňuje komplexnost daných vztahů, v jejichž zkoumání vychází z postulátů kognitivní teorie stresu a copingu Richarda Lazaruse. Jeho teorie je procesově orientovaná, což znamená, že „*stres je specifický vztah mezi osobou a jejím okolím*“² (Folkman, 1984, s. 840). Nejedná se o pevně daný stav navozený stresorem, ale o vztah, který je dynamický a neustále se modifikující v závislosti na jednotlivých proměnných jak u jedince, tak v prostředí, se kterým je v interakci. Lazarusova teorie zdůrazňuje kontextuálnost, a co je důležité pro můj výzkumný účel - implikuje individuální vnímání stresové situace, tedy možnost osoby se stresem se potýkající jej interpretovat zcela po svém. Tuto interpretaci (appraisal) pojímá autorka jako hodnocení vážnosti dané situace a zároveň jako uvědomění (byť částečné), nebo naopak neuvědomění si vlastní kontroly nad situací. Kontrolu nazírá jako všeobecné přesvědčení o vlastním vlivu na události a zároveň jako jeho situační vyhodnocení na základě konkrétního stresoru. Děje se ve dvou fázích – primární hodnocení (primary appraisal) zahrnuje prvotní soud, zda je situace nepodstatná, pozitivní či stresující. V případě zhodnocení události jako stresující mohou u různých lidí vyvstat tato hodnocení: ublížení/ztráta, hrozba, nebo výzva, dle situačních, ale i osobnostních charakteristik daných osob. Mezi faktory vstupující do hodnocení patří taktéž závazky (commitments) ve smyslu životních hodnot, které jedinec vyznává. To, jaké hodnoty jsou takzvaně „v sázce“ má vliv na vážnost našeho hodnocení situace. Výše zmíněná přesvědčení o vlastní kontrole se pak váží ke konceptu umístění kontroly (locus of control) Juliana Rottera (1966).

Ústředním bodem tohoto konceptu je, zda lidé přisuzují to, co se jim děje – jak neúspěchy, tak ocenění, vnějším silám, či zda je přičítají svému úsilí nebo svým trvalým vlastnostem (Rotter, 1966). Dle této teorie autor rozděluje osoby na *internals*, kteří

² Jde o můj překlad z angličtiny, přičemž ostatní další citace anglických článků budou taktéž mými volnými překlady

události přičítají svému chování, a *externals*, kteří se cítí být hříčkou okolních sil. Autor, coby tvůrce teorie sociálního učení, zdůrazňuje souvislost tohoto, ve své podstatě atribučního stylu, s procesem učení, kdy přisouzení úspěchu sobě u lidí s vnitřním umístěním vede k budoucí replikaci kroků uskutečněných k vyřešení problému. Tento poznatek bychom mohli aplikovat na adaptivní řešení krizových situací, kdy lidé na základě zkušeností s podobnými situacemi, v nichž si dokázali poradit, a zároveň správně vnímali svou roli, si mohou rozšiřovat repertoár funkčních copingových mechanismů, a zároveň na jejich základech budovat sebevědomí. Na tomto principu do jisté míry funguje i Harlowův (1949) koncept schopností učit se na vyšší úrovni (*high level learning skills*) (Rotter, 1966).

Rotter (1966) ve své studii zmiňuje též předchůdce v bádání nad osobnostními charakteristikami odpovídajícími budoucímu *locus of control*. Například už Veblen (1899) uváděl, že přisuzování výsledků své práce pouhému štěstí (pozn. Rotter sem řadí též osud) je pozůstatkem barbarských dob a neefektivních společenství. Spojuje je s všeobecnou pasivitou, což podporuje o půl století později též Merton (1946). Podle něj se jedná o obranný mechanismus a zoufalou snahu uchovat si své sebevědomí navzdory neúspěchům. V sociologii hrál tento koncept, byť nepojmenovaný, vždy velkou roli, a to zvláště v popisu společenstev či jednotlivců, kteří jsou přesvědčeni o vlastní bezmocnosti, což mívá své celospolečenské a politické důsledky.

Dle Whitea (1959) a Angyala (1941) jdou tyto tendence proti lidské přirozenosti, jejímž cílem by měla být *kompetence*. Angyal zdůrazňuje „*motivaci lidského organismu k osobní autonomii a ovládnutí svého okolí*“ (Angyal In Rotter, 1966, s. 3). To, že člověk je přirozeně motivován vrozenou tendencí k růstu, sebe přesahu a nezávislosti, nacházíme u Carla Rogerse, a jedná se o hlavní myšlenku humanistické psychologie. U něj se však dostáváme až k samotným příčinám odchýlení se od této přirozenosti, která má dle humanistických psychologů souvislost s podmíněným přijetím rodičů, kteří své dítě nenechali rozvíjet dle vlastního potenciálu a z vlastní volby. Pro Rogerse je hlavní realitou subjektivní psychologická realita, kterou vnímá každý jinak – jeho přístup je čistě fenomenologický. Metoda mého výzkumu by tak měla být v souladu s představou Carla Rogerse, že pochopit prožitky jiného můžeme jen skrze jeho vlastní realitu s vlastními významy, jím nám zprostředkovanou (Mikšík, 2007).

Zjištění Juliana Rottera (1966) v jeho výzkumech umístění kontroly nejsou však zcela jednoznačné, a považuji za důležité zmínit některé limity jeho zjištění. Rotter se taktéž soustředil na vztah locus of control a výkonové motivace, kde ačkoliv se chování osob s vnitřním umístěním kontroly vyznačovalo obecně větší snahou a tahem na branku, výjimkou byli někteří vysokoškolští studenti, a to převážně muži. Navzdory externímu náhledu a nejisté obraně při neúspěchu, byli tito lidé velmi soutěživí. Další zjištění Rotterovy studie přineslo zkoumání ego kontroly, která by měla znamenat sebejistotu a schopnost vyrovnat se s realitou. Ukázalo se, že lidé na obou pólech, kteří vykazovali extrémní „externalismus“ i „internalismus“, byli v zásadě nerealističtí, a jejich konání obecně nevedlo k úspěšnému vyrovnání se se situací.

Ve prospěch osob s vnitřním umístěním kontroly a jejich vztahu k výkonové motivaci se prokázalo ve výzkumu Efrana (1963) citovaného Rotterem (1966), že v porovnání s „externals“ měli výraznou tendenci zapomínat své neúspěchy, které by je v budoucnu mohly mentálně brzdit. Další důležitou charakteristikou objevenou u internals byla jejich výrazně menší manipulovatelnost (Rotter, 1966). Ve výzkumných situacích, které se jevily jako záměrně nečitelné, netransparentní, s prvky manipulace, se začali tito lidé stavět do opozice, a odmítali spolupracovat, zatímco v jasně vymezených situacích žádné známky odporu neprojevovali. Tento jev patrně souvisí s jejich snahou mít situaci vědomě pod kontrolou, přičemž proti snaze jim tuto kontrolu odebrat jsou schopni aktivně se bránit. V případě, že však z dané manipulace či konformního jednání mohli v testových situacích těžit, neváhali se jich „internals“ chopit, což ukazuje na jistý pragmatismus a sledování vlastního cíle za každou cenu. Pozoruhodné bylo jejich odhalení manipulativních technik samých, protože u osob s vnější kontrolou byla tato citlivost výrazně nižší, což opět souvisí s odolností vůči propagandě a populismu. Rotter (1966) uvádí předpoklad, že tato manipulovatelnost, potažmo externí orientovanost může mít souvislost s obecnou inteligencí, což zvažuje též Lazarus (Lazarus, 1966). Role inteligence je dle Lazaruse (1966) pravděpodobně nepřímá, ale společně s procesem učení dává člověku zdroje, ze kterých může čerpat sílu a kompetence pro řešení konfliktu či stresové situace. Není mu jasné, zda faktory plynoucí z vyšší inteligence vždy umožňují lepší interpretaci rizik či spíše následnou mobilizaci účinných prostředků k vyrovnání se s ní. V případě nižší inteligence a vzdělání však i na základě předchozích výzkumů Cantrilla (1947) sleduje větší ovlivnitelnost ve smyslu

častějšího vyhodnocení situace jako ohrožující (patrně z důvodu neznalosti a nemožnosti využít účinnou obranu). Vzhledem k dalším výzkumům citovaných Lazarusem (1966) předpokládá, že objektivní zhodnocení situace u lidí s vyšší inteligencí s sebou přináší mnohdy častější odhalení hrozeb (například strach před operací, kdy jsou si dotyční více vědomi toho, co obnáší; Janis, 1958), a tak je zásadní až sekundární vyrovnání se pomocí účinných copingových strategií (Lazarus, 1966). Julian Rotter, spolu s Battlem (1963), v souvislosti se vzděláním zaznamenal, výraznou korelaci externalismu a nízké socioekonomické úrovně, což může souviset se vkládáním větší důvěry do dětí z bohatších rodin s intelektuálním zázemím, a jejich formování jako schopných ve světě se prosadit svou pílí. Naopak v rodinách s nízkým socioekonomickým statusem spíše dominuje strach, představa nemožnosti prosazení se a nedůvěra v rovný přístup do společenského pole. Toto vysvětlení mne napadá v souvislosti s Bernsteinovou teorií jazykového a kulturního kódu (1971). Kód rodinné kultury tvoří struktura a podnětnost prostředí. Vyšší sociální vrstvy mají elaborovaný kód, diferencované vztahy, vzbuzují ve svých členech pružnost ve vývoji situace, zatímco nižší vrstvy mají onen kód chudý, vztahy jsou více hierarchizované – děti nejsou vychovávány do partnerské role a k diskuzi, panuje rigidita (Bernstein, 2003). V závěru pak uvádí Rotter svůj předpoklad vzniku umístění kontroly v dětství na základě předvídatelnosti chování rodičů. „*Konsistence ve vedení, disciplíně a péči*“ (Rotter, Simons, Holden, 1961 In Rotter, 1966, s. 24) je tím, co podmiňuje rozvoj interního locus of control.

Copingové strategie jeví se jako velmi účinné jsou obsahem metody ABCDE Martina Seligmana a jeho kolektivu (Křivohlavý, 2012). Tato zkratka představuje schéma náročné vypořívání se situace a následných možných reakcí, které autoři doporučují. A znamenající *adversity*, cokoliv, co nám kříží cestu k vytyčenému cíli. To si můžeme vykládat různými způsoby, jak vyplývá z výzkumů výše, a souvisí s fází B (belief), tedy s přesvědčením, i s C (consequences), které značí náš výsledný pocit po zhodnocení prostřednictvím našeho přesvědčení. Další dva kroky představují aktivní část strategie, kde D (disputation) je diskuzí či rozhovorem, a E (energization) aktivací. Křivohlavý se více věnuje písmenu D, které by dle něj bylo hodno rozdělit na tři podřízené procesy, a to *distraction* (odvedení pozornosti k možné jiné interpretaci situace), *distancing* (vytvoření odstupů), a právě *disputation* (rozhovor s naším přesvědčením, který v sobě

zahrnuje vlastně i přerámování). Za zmínku vzhledem k tématům objevených v analýze stojí zvláště *distancing*, které v sobě zahrnuje odsunutí ohrožující myšlenky někam na později, pro přechod ze zajetí negativních myšlenek do optimistického způsobu nahlížení. Jinou metodou, jak lze odstoupení dosáhnout, je *ventilace*, co nejpodrobnější popsání proběhlých událostí v písemné podobě (Křivohlavý, 2012).

Teorii Jara Křivohlavého (2012) o optimismu a pesimismu zastřešuje „vyšší patro zobecnění“, které dle něj tvoří naše hodnoty, se kterými se ztotožňujeme, a na jejich základě si vykládáme události, které se nám dějí a jejich příčiny. Zatímco naše běžné myšlenky včetně našeho optimistického či pesimistického založení tvoří „přízemní patro“, stěžejní je, zda žijeme pro moc, peníze, či například odpovědnou svobodu. „...*nadhodnota takto existuje nad naším myšlením, ovlivňuje to, co si myslíme a jak přistupujeme k situacím, které stojí před námi*“ (Křivohlavý, 2012, s. 122). Tyto hodnoty jsou ekvivalentní formou závazků (commitments), které v procesu hodnocení významu události zohledňuje též Susan Folkman (1984), avšak nestaví je do takto nadřazené pozice vůči dalším přesvědčením.

To, čemu nebo komu přisuzujeme výsledky, a jak si vykládáme různé situace je něco, co stojí v popředí lidského myšlení od obratu od mýtu k logu, kdy lidé přestali pojímat svět jako předurčený a neměnný, a začali se tázat po tom, jak vznikl, co je jeho pralátkou, a později též po vlastní roli člověka v něm. Fylogeneticky tak můžeme mytickému člověku přisoudit externí umístění kontroly a pozdějšímu člověku, tázajícímu, metafyzickému a hledajícímu smysl, interní locus. Jedná se samozřejmě o zjednodušení, jelikož ani v dnešní době nejsou všichni lidé slovy Rottera *internals*, avšak určitý vývoj tímto směrem naznačil Veblen (1899, viz výše). Jelikož historický vývoj nepostupuje lineárně, ale spíše cyklicky, tak stejně jako horizontální členění lidí na *internals* a *externals* je v dnešní době diverzifikované, tak vertikální vývoj napříč historií přesvědčení se mnohokrát proměnil. To, čemu bychom dle Juliana Rottera řekli externí locus of control není nic jiného, než fatalismus či výsledek učení o predestinaci, které se v průběhu vývoje objevovalo a znovu bylo potíráno až do dnešních dní. To, co bylo obvykle stavěno proti fatalismu, byla odpovědnost člověka zdůrazňovaná Sókratem i Aristotelem. Navzdory tomu, jakým způsobem se jednotlivé církve snažily dogmaticky působit na lidstvo přesvědčující jej o závislosti na Boží vůli (predestinaci

do křesťanství uvádí až Augustinus (Störig, 1992)), je vhodné si připomenout, co se nám o přístupu k negativním událostem snažilo předat křesťanství v jeho ryzí podobě. Křivohlavý (2012) pohled křesťanství rozděluje na trojí hledisko: časové, rozsahu a osobního podílu na zrodu negativní události. První hledisko symbolizuje postoj „*Všeho do času, Pán Bůh na věky*“, které se snaží v lidech dojem pomíjivosti špatných okamžiků v kontrastu s celým universem. Druhé hledisko nám říká, že Bůh stojí nad všemi hodnotami, tedy když všechny ztratíme, jakkoli selžeme, či přijde nějaká katastrofa, Bůh je omni presentní, a nikdy nás neodvrhne. A za třetí, „*prach jsi a v prach se obrátíš*“ znamená, že jakékoli nalhávání si je zbytečné – realitu je potřeba vidět střízlivě, a nedělat ze sebe někoho vyššího nad ostatní – naopak, člověk má vysokou hodnotu, ale v rámci celku. „*Takové pojetí chrání člověka na jedné straně před přílišnou namyšleností, přeceňováním a přeháněním vlastního podílu na tom, co se děje, a na straně druhé mu dodává vzpruhu k tomu, aby si uvědomil vlastní hodnotu jako „člověka sui generis“*“ (Křivohlavý, 2012, s. 123). Jestliže má někdo hodnotu v rámci celku, je jeho hodnota nepopíratelná, neboť celek nehodnotných částí by nemohl být sám o sobě kvalitní. Dle mého názoru byla tato myšlenka povzbuzující křesťanskou lásku desinterpretována vyhoceným individualismem, který nutně vede k souboji mezi jednotlivými individui přesvědčenými o vlastní hodnotě a jedinečnosti. Tento souboj zdánlivě probíhající mezi jednotlivými lidmi, kteří už jsou ve světě sami za sebe, musí reálně ústít v souboj se sebou samým, který cítí kontinuální nutnost se stále zlepšovat ad finem, jinak jeho hodnota klesne, neb ostatní jej předhoní. Výsledkem pak může být komplex méněcennosti, protože nikdy nemohu mít jistotu, že už jsem dosáhl finálního vítězství, ale vlastní hodnota jen v rámci celku již není tím, co bychom byli ochotni akceptovat. A kdo je tím, kdo nás vždy bude milovat, když Bůh tím již není? Rodiče, jak ukázali humanističtí psychologové, nejsou vždy těmi, kdo dítě přijímá takto bezpodmínečně. Ačkoliv jsem si dovolila tuto odbočku, která mne nyní spontánně napadla, myslím, že je podstatné zmínit některé vlivy křesťanství na interpretaci vlastního života, které se mohou jevit jako velmi salutogenní. Ukazuje se, že stejně jako není lineární vztah mezi kontrolou nad situací a nižší úrovní stresu ve studii Susan Folkman (1984), tak ani interní locus of control není ve vztahu ke křesťanské etice a vzájemnosti černobíle protichůdný.

5.2 Resilience nebo odolnost?

V odborné literatuře panují rozpory ve vymezení těchto termínů pro vlastnost výjimečně silných osobností. Baštecká (Baštecká & Mach, 2015) tyto dva termíny odděluje s tím, že resilienci překládá jako *odolnost* u člověka, který „*se dobře vyvíjí osudu navzdory*“ (Baštecká, Mach, 2015, s. 686). Hardiness překládá jako „*tvrdost osobnosti, která zvládá stresující životní události*“. V tomto rozdělení působí resilience jako smysluplná pouze u člověka vystavenému nepřízni osudu, kterou si sám nezvolil, ale které je vystaven, například v dětství. Tato charakteristika by pak nebyla vhodná pro mé respondenty, u nichž jsou stresující životní události dány vlastním výběrem životní dráhy, a dle Baštecké (2015) bychom jim měli přiřknout spíše vlastnost hardiness. Jak si nyní ukážeme, oba koncepty se však prolínají. V konceptu resilience vychází autorka z pojetí Emmy E. Wernerové (1997), která ji charakterizuje jako „*proces, schopnost i výsledek úspěšné adaptace člověka vzdor nepříznivým či ohrožujícím podmínkám*“ (Wernerová In Baštecká, Mach, 2015, s. 686). Protektivní faktory vidí v temperamentovém naladění dítěte od raného kojeneckého věku (snadná utišitelnost, bystrost), schopnosti řešit problémy včetně toho nebát se o pomoc požádat, a taktéž ve vnitřním umístění vlivu (locus of control), o kterém jsem se zmiňovala v předchozí kapitole, a jehož nit se táhne celou mou diplomovou prací. Ochranné faktory pak leží v rodině – ve vytvoření pouta s citově stálou osobou, a později v nalezení svého uplatnění a hodnoty v širším společenství. Koncept hardiness rozvíjela Susanne Kobasa se Salvatorem Maddim v roce 1979, kdy jej charakterizovala třemi osobnostními rysy – commitment, challenge, control. Vložení se (commitment) znamená angažovanost na životě, a zvláště na aktivitách pro danou osobu smysluplných, a zapojení do společenství lidí. Výzva (challenge) souvisí s adaptivním přizpůsobením se změnám, které nejsou chápány jako překážky, ale jako příležitosti. Souvisí s pozitivním atribučním stylem a reframingem, jak o něm mluví Křivohlavý (2012). Vlášda (control) nad vlastním životem udává schopnost odolných lidí věci ovlivňovat, nebýt pasivní a necítit se bezmocný. Zde máme opět paralelu s vnitřním umístěním vlivu a vědomím kontroly nad situací. Baštecká (2015) doplňuje výklad odolnosti (resilience) o pojetí vojenského psychologa Paula T. Bartoneho, který jí opět dává do rovnítka s pozitivní interpretací událostí jako součástí lidské existence, které nejsou primárně ohrožující.

Baštecká (2015) svou stať uzavírá tím, že hardiness bývá někdy považována za dispoziční složku resilience, což by tedy podporovalo procesuální povahu resilience jako dynamického děje, o kterém pojednám dále dle publikace Šolcové (2009). Nemusel by zde tedy vznikat rozpor mezi tím, zdali použít termín hardiness či resilience, ale hardiness by byla obecná osobnostní vlastnost podmiňující úspěšnou resilienci, schopnost zvládnout náročnou životní situaci.

Jak jsem již zmínila, k těmto dvěma pojetím se vztahují různé výzkumníci odlišně, a tak je zapotřebí zde různé náhledy podrobněji rozebrat z hlediska jejich vývoje, zvláště pro jejich souvislost s ostatními pojmy v této práci. Vycházím zde především z publikace Šolcové (Šolcová, 2009), která se jednotlivým pojetím ve vztahu k resilienci věnuje hlouběji. Souvislost resilience s hardiness, kterou udávají někteří psychologové, řadí Šolcová spíše k těm zastaralejším, a to kvůli státnosti termínu. Od osmdesátých let se výzkum na tomto poli přesouvá k dynamičtějším paradigmatu, které na resilienci pohlíží jako proces, který je navíc víceúrovňový (na dítě působí rozličné faktory, které tento proces ovlivňují). Lutharová (2000) se snaží dojít ke konsenzu a doporučuje rozlišování „resilience“ pro onen dynamický proces, kterým jedinec dosahuje pozitivní adaptace při vystavení nepřízni, a „resiliency“ pro vlastnost osobnosti, která by se k původně zmiňované odolnosti dala přiblížit. Šolcová dále uvádí dělení faktorů na ty, které dítě činí vulnerabilnějším a vzdalují ho tak dosažení „resiliency“, a protektivní, které se dají dále rozlišit na kompenzační (vyrovnávají vliv škodlivých faktorů) a zodolňující, které pro dítě představují výzvu a po jejich zdolání jsou silnější. V této hierarchizaci vychází autorka z Ungara (2004) a Ruttera (1987). Z Ungarova (2006) pozdějšího kvalitativního výzkumu vyplynulo těchto sedm zdrojů: přístup k materiálním zdrojům, vztahy, identita, síla a kontrola (ve smyslu soběstačnosti), kulturní pouto (souznění s hodnotami dané společnosti), sociální spravedlnost, koheze (pocit bytí součástí většího celku). Rutter (1987) klade důraz na pevné zdraví a vyrovnaný temperament. Vzhledem k rozvinutí hardiness Bašteckou (2015) jako dispoziční vlastnosti pro resilienci mi připadá možné opustit pojetí hardiness jako zastaralé, jak jej popisuje Šolcové (2009). Dělení Lutharové (2000) na „resilience“ a „resiliency“ se pak jeví jako zbytečně komplikované a matoucí, když samotný koncept resilience je pojímán jako dynamický proces a existuje zde hardiness jako zavedený výstižný termín, který můžeme zachovat coby osobnostní dispozici resilienci podmiňující či podporující.

Další zmiňované protektivní faktory u jiných autorů se již více vážou k dětskému věku, a nejsou tak příliš relevantní pro mou práci. Nicméně prostudovat si tuto vývojovou kapitolu jsem považovala za velmi obohacující, protože ačkoli budu vést rozhovory s dospělými lidmi, je samozřejmé, že základ jejich osobnosti se tvořil v dětství. Velmi zajímavá byla poznámka autorky o podmíněnosti protektivních či oslabujících faktorů, tedy o jejich vazbě na kontext. Zde mne napadá jedna z hlavních myšlenek Heideggerovy fenomenologie, tedy, že na všem, co se nám nějak ukazuje, je nejdůležitější pozadí, ze kterého vystupuje. Šolcová (2009) pro doklad svého tvrzení uvádí výzkum Yatese, Egeland a Sroufa (2003), v němž bylo prokázáno, že děti z vyloučených lokalit dokážou velmi těžít z vnější lokalizace kontroly, která by jiným dětem z rodin s vyšším socioekonomickým statusem byla spíše na obtíž a oddalovala by jejich dosažení určitého stupně odolnosti. Tato problematika je následně pojednávána v odstavci věnujícím se metodologickým a koncepčním problémům: náboj určitých faktorů je velmi obtížně přenositelný mezikulturně.

Velmi cenná z hlediska metodologie pro mne byla rozsáhlá podkapitola rozebíraného textu věnující se námětům pro další výzkum. Citující Lutharovou, Cichettiho a Beckerovou (2000) autorka (2009) představuje doporučení na nutnost konzistence při využívání terminologie (která, jak jsme výše ukázali, není ustálená), uvědomění multidimenzionality resilience, rozšíření o longitudinální studie a prohloubení výzkumu ve starších vývojových stádiích, než pouze dosavadní dětské. Rutter (2006) apeluje na procesuální rozměr vývoje resilience a prozkoumání interindividuálních rozdílů v odpovědích na vnější rizika. Dále se u něj objevuje longitudinální výzkum coby ideální forma a důraz na interdisciplinaritu. Netradiční úhel pohledu na zkoumaný jev popsali H. a L. Cubbinovi (2008) na výzkumu E. Wernerové, a to tzv. „cena za resilienci.“ V daném výzkumu totiž vyšlo najevo, že brzy resilientní adolescenti vykazovali v dospělosti více zdravotních problémů, než v jejich věkové skupině bylo obvyklé.

V téže kapitole autorka uvádí typologii výzkumů věnující se konceptu resilience, v níž vychází z Luthara (2006). Základní dva typy jsou založené na proměnných a založené na osobách. První zmíněné bývají kvantitativní výzkumy, ve kterých se s resiliencí zachází jako se závislou proměnnou a na základě odpovědí v předkládaných dotaznících je sledován její vztah s ostatními proměnnými, přičemž se jedná o průřezové studie.

Oproti tomu výzkumy založené na osobách bývají longitudinální a porovnávají se v nich dvě kohorty lidí, kteří prošli podobným traumatem, ale jedna jejich část se s ním úspěšně dokázala vyrovnat, zatímco druhá nikoli, a obě skupiny se následně srovnávají v rámci určitých proměnných. Představitelkou tohoto typu výzkumu je E. Wernerová, již výše zmíněná v souvislosti s důležitými vynořivšími se tématy, či v našich podmínkách též Zdeněk Matějček se svými studii nechtěných dětí.

Posledním tradičním typem výzkumu, který už k Lutharově (2006) typologii přidává Schoonová (2006) je přístup zaměřený na osobu, tj. kazuistický přístup analyzující anamnézu a vývoj jediné osobnosti. Autorka dále zmiňuje kombinaci longitudinálního a kazuistického přístupu s příkladem studie Hausera, Allena a Goldenové (2006), při níž byly použity semistrukturované rozhovory se skupinou adolescentů hospitalizovaných na odděleních psychiatrie, které po 12 letech s některými z nich zopakovali a zasadili je do kontextu.

„*Málokdy je jasná kauzalita*“, uvádí Šolcová (2009, s. 22) a vzápětí se přesouvá k novým směrům výzkumu, kde je zaznamenán zjevný obrat k narativní psychologii, a které nám mohou přinést poznatky o prožívání konkrétních situací dotazovanou osobou včetně dalších vlivů na její život prostřednictvím vlastní analýzy a vlastního vyprávění. Tento vysoce kvalitativní směr psychologických výzkumů skýtá dle Ungara (2004) mnoho výhod. Zde uvedu výčet těch stěžejních: umožňují objevit dosud nepopsané procesy, je možné jimi odhalit kontextová specifika, obohatí jednotlivý problém o cenný životní příběh, který se dá dále srovnávat v rámci jiných kontextů. Ungar (2004, 2006, 2008) dále vyzývá k přesahům do jiných disciplín a volá po odstranění eurocentrického zkreslení.

Šolcová (2009) v rámci historizace vývoje konceptu resilience u dospělých uvádí, kromě fenoménů již popsaných v části zaměřené na výzkum dětí, několik synonym pro proměnnou na straně jedince, které se váží k druhé etapě výzkumu, kladoucí důraz na interakci mezi situačními proměnnými a jedincem. Jsou to adaptační kapacita (adaptive capacity), zátěžová (load c.), systémová, či kapacita k překlenutí (carrying capacity), zdroje zvládání (coping resources), a to dle autora, který s pojmem pracuje. Zvláště poslední zmíněný pojem je stěžejní v rámci rozvoje pozitivní psychologie, neboť zdroje, díky nimž jedinci situace zvládají, jsou tím, na co je možné se u každého člověka

zaměřit v rámci jeho salutoprotektivního vývoje. Právě na zdroje jsem tak v rozhovorech s novináři kladla velký důraz. Co vývoj výzkumu odolnosti či resilience odlišuje u dospělých od dětí je zacílení na vztah odolnosti a vyrovnání se stresem s ohledem na fyzické zdraví. V osmdesátých letech se psychosociální stres začal sledovat v souvislosti s různými onemocněními a náhled na něj se změnil jako na neodmyslitelnou součást dnešního (pracovního) života. V tomto stadiu výzkumu je resilience považována za „*termín, jenž má vystihovat – kromě odolnosti vůči stresogenním situacím, elasticnosti a přizpůsobivosti – i pružnost návratu systému k původním podmínkám, aniž by došlo k jeho deformaci*“ (Šolcová, 2009, s. 54). Proměnné, které mohou ve vztahu stres-nemoc mediovat jsou dle různých autorů: chování typu A/B (Rosenman, 1982), hardiness (Kobasa, 1982), optimismus (Scheier, Carver, 1987), lokalizace kontroly (Rotter, 1966), atribuční styl (Brewin, 1988), sebevědomí (Suls, Fletcher, 1985) osobní kontrola (Fisher, 1984), zásobenost zdroji – resourcefulness (Rosenbaum, 1988), z nichž většině jsem se v této práci již podrobněji věnovala.

Resilience v podobě výše citované je pojímána též v ekologii (Cílek & Šmikmátor, 2018). „*V ekologii se pod pojmem resilience rozumí schopnost organismu či častěji celého ekosystému přežít v široké škále podmínek a rychle regenerovat, tedy vracet se do původního stavu. Z ekologie slovo resilience rychle přešlo do krizového řízení přírodních katastrof a často bylo používáno například v souvislosti se zemětřesením, hurikány nebo záplavami. Znamenalo zde účinnou odezvu na přírodní katastrofu a rychlý návrat do funkčního, byť nepůvodního stavu. Úplná resilience je iluze*“ (Cílek, Šmikmátor, 2018, s. 21). Autor kapitoly Václav Cílek (2018) pojímá resilienci tedy jako dynamický proces obsahující „*rozmanitost řešení, sebe-učení, zálohování (redundanci), reflexi situace a tvořivost*“ (Cílek, Šmikmátor, 2018, s. 22), což jsou oblasti, které ve svém životě reflektují též novináři v mém výzkumu. Zásadní je reálný dopad resilience více členů společnosti na „*vytvoření světa založeného na demokracii, rovnosti, hodnotě jedince a toleranci (...) prostřednictvím účinného přizpůsobování se proudům změn, když stabilita se zdá nedosažitelná*“ (Cílek, Šmikmátor, 2018, s. 22). Byla bych ráda, kdybych skrze představené profily osob, které se o tento cíl už mnoho let snaží, napomohla k vnímání některých osobnostních charakteristik jako hodných podporovat v lidech, protože každý svým dílem přispívá k fungování světa. Ve výchově dětí, což je

oblastí, jež psychologie ve velké míře ovlivňuje, však v současné době dominují trendy opačné – přílišné opatrování, kontrola a snímání odpovědnosti, které jdou proti odolnosti.

Šolcová (2009) posouvá náhled na zdroje resilience na úroveň osobnosti, jelikož struktura a dynamika osobnosti nejenže ovlivňují výběr copingových mechanismů při překonávání stresu či složitých situací, ale mohou být i určujícím indikátorem vstupu do oné situace (což zohledňuje i Susan Folkman, 1984 výše). „*Resilience je kapacita sledování cílů, které dávají životu smysl pokračovat dál v nastoleném životním kurzu*“ (Zautra a kol. In Šolcová, 2009, s. 57). Tato definice jako by se oprostila od přímé vazby na patologickou situaci a přiblížila pojmu klasické vytrvalosti, na rozdíl od které v ní cítím navíc nadstavbu, sestávající z pevného hodnotového žebříčku.

6 Témata z humanistické a pozitivní psychologie

6.1 Svobodná vůle – Immanuel Kant & Søren Kierkegaard

Domnívám se, že více než detailně popisovat jednotlivé psychické mechanismy, je vhodnější snažit se co nejvíce přiblížit k samotnému smyslu lidství mých respondentů, což je smyslem i metody IPA. Díky svobodnému poli působnosti lze nalézt možná spíše ve starých filosofických spisech, než v odborné psychologické literatuře. Případné kacířství mé myšlenky necht' je omlučeno filosofií, z níž má metoda vycházet. Myslím, že v práci věnované interpretativní fenomenologické analýze by byl hřích nezmínit kritiku současných věd, a zvláště psychologie snažící se mnohdy vpasovat do měřítek věd přírodních, v knize zakladatele fenomenologie, Edmunda Husserla, *Krise evropských věd a transcendentální fenomenologie* (Husserl, 1996).

Již jsme probrali locus of control, který značí sebedůvěru ve vliv na důsledky činností svých i dění kolem sebe. Psychická vlastnost, která s ním značně souvisí, je vůle, o jejíž svobodě novátorským způsobem poprvé pojednal Immanuel Kant. Jedním z jeho eminentních přínosů bylo směřování lidské vůle dovnitř (autonomie), jímž se snažil překonat dosavadní hledání vyššího cíle (dobra) někde mimo nás (heteronomie). Obecná blaženost, dokonalost, určována cizím zákonem není to, co nás učiní

svobodnými. Nutno zmínit, že dle Kanta se svobodni nerodíme, ale můžeme svobody za daných předpokladů docílit (Halada, 2018). Svobodu Kant spojuje s morálkou. Zabývá se jí ve své *Kritice praktického rozumu*, kde se taktéž projevuje jeho dualismus. Morální zákony totiž rozděluje na „maximy“ a „praktické zákony“. Maxima je tím, co si jako svou zásadu určil jednatel, a platí pouze pro něj (Störig, 1992). Na tomto místě snad nelze necítit duch existencialismu vycházející původně z filosofie Sorena Kierkegaarda. „*Otázka nezní, zda máme, obecně vzato, konat to či ono, nýbrž zda já, tento konkrétní člověk v této okamžité a určité situaci, mám konat to či ono. Takové problémy nazývá Kierkegaard „existenciálními“* (Störig, 1992, s. 377). Právě zde leží jádro idiografického přístupu, na němž je založena IPA a tato práce. Kierkegaard, ač předchůdce směru tak významně ovlivňujícího 20. století, jakým existencialismus byl, stojí tak nějak mimo, jako ostrov sám o sobě. Jeho filosofie byla také po dlouhou dobu neznámá, jelikož dánština byl jazyk zcela okrajový (Störig, 1992). Ač pokračovatelé existencialismu byli povětšinou naprostí ateisté, jeho zakladateli se podařilo obhájit víru v Boha způsobem, jakým navázal na geniální systém Immanuela Kanta. Dle Kanta existenci Boha nemůžeme dokázat, jako objekt ve světě „an sich“, neboť vše poznáváme v rámci nám uzpůsobených kategorií prostoru a času, které jsou jen zlomky objektivní reality. Přesto bychom v něj však měli věřit, sami pro sebe, abychom mohli být odpovědní, šťastní a svobodní. Moc rozumu by měla být omezena ve prospěch náboženství, a to pro citovou a mravní potřebu člověka v náboženství se odrážející (Halada, 2018). Jde možná o jakýsi prvek sebepotvrzení, vnitřní vlastní souhlas se svými morálními hodnotami, které v dětství zrcadlí rodiče. Stejně tak Kierkegaard vybízí k autenticitě, k vystoupení z davu, k nalezení vlastních odpovědí na vlastní existenciální otázky, avšak to vše v rámci ryzí víry k Bohu, kterou nelze zpochybnit. „*Co má společného víra v to, že v Ježíši Kristu se Bůh stal člověkem a zjevil se na světě, víra, jež pro rozum navěky zůstane paradoxem, ba absurditou, víra, která nám může být dána pouze shůry jako milost, ale pak znamená skok do oblasti mimo všechn rozum – co má tato víra společného s vlažným, měšťačským a povrchním církevnictvím, v němž spořádání občané procházejí křtem, konfirmací a sňatkem bez jakéhokoli vnitřního pohybu? Být křesťanem znamená rozejít se s matkou i otcem, se všemi a s každým, znamená odlišení a polemiku“* (Kierkegaard, Nemoc k smrti In Störig, 1992, s. 377). Kierkegaard tak spojuje vlastní víru s prvkem odvahy, který musí věřící prokázat – a

právě onu *vrženost do světa* později tolik skloňovanou dalšími existencialisty řeší tvořivou činností, odvahou lišit se a ryzí vírou, která se projevuje v nezištných činnostech a pevné morálce. Jak před ním nabádal Kant – nejednat heteronomně, podle nějakého vnějšího příkladu; a o mnoho let později Csikszentmihalyi – nebýt závislý na společenském souhlasu (Csikszentmihalyi, 2015), ale nacházet postupně vlastní smysl ve vykonávání činnosti (Frankl, 2006).

Podle Kanta může být člověk svobodný, pouze pokud si tuto svobodu uvědomuje – pokud na základě svobodného rozhodnutí přijímá pro sebe platné morální zákony, a řídí se jimi. Toto spojení mezi uvědomělou odpovědností a svobodnou volbou je zásadní na cestě k vrcholnému cíli, a to lidskosti, která musí být vždy tím cílem a nikoli prostředkem (Halada, 2018).

Kantova filosofie transcendentálního idealismu nám už svým názvem evokuje humanistickou psychologii orientovanou na člověka s vrozenou tendencí k růstu, k sebe přesažení – transcendenci. *„V člověku je neodolatelné puzení dospět nad svět jevů v prostoru a času. Co je duše? Co je svět? Co je Bůh? To jsou otázky, které nemůžeme jednoduše odsunout, chceme-li dospět k plně uspokojujícímu životnímu názoru. Jak se k tomu má náš rozum? Vložila do nás příroda pud, který míří k něčemu, co nelze nikdy naplnit?“* (Kant In Störig, 1992, s. 291). Tyto filosofické otázky v lidech rezonující shledávám též v pátrání některých novinářů – touha odhalit pravdu lidského konání v sobě možná implicitně obsahuje tyto bazální otázky po lidskosti.

6.2 Smysl života – slast nebo vůle ke smyslu?

Frankl (2006) se vymezuje vůči psychoanalýze, jako pokračovateli filosofie hédonismu, jelikož vidí slast jako jediný cíl lidského života a snažení. Vnímání štěstí jako pouhé slasti na úrovni biologických vzruchů je dle autora degradující a nivelizující veškeré lidské konání – bez ohledu na to, jestli je prospěšné či destrující. Kdo se snaží pouze o dosažení blaženosti bez vazby na obsah, nedosáhne toho. Neboť slovy Kierkegaard: *„dveře ke štěstí se otevírají ven...Kdo se snaží tyto dveře přitisknout, tomu se zavřou“* (Frankl, 2006, s. 55) a snaha o štěstí tak dle Frankla je sama o sobě nesmyslná.

Frankl (2006), který učinil existencialismus součástí psychologie, ve směřování lidského života a existence rozlišuje dva základní prvky, smysl a hodnoty (Frankl, 2006). Smysl je něčím bytostně lidským - jeho hledání nenáleží jinému živému organismu, než člověku; a existenciálním – váže se vždy ke konkrétnímu momentu, situaci, ke které člověk zaujímá postoj. V těchto okamžicích, skrze jednání, člověk odhaluje smysl svého života a odpovídá tak na otázky, které mu život klade. Tím, že člověk nalézá vlastní odpovědi, se rozumí, že každý má svůj individuální smysl, který musí odhalit. „*Pojetí lidské existence jako jedinečné a jednorázové obsahuje totiž apel uskutečnit své jedinečné a jednorázové možnosti*“ (Frankl, 2006, s. 69). Zde vidíme průsečík s psychologií Carla Rogerse, jenž zdůrazňoval vrozenou lidskou tendenci k růstu, sebe přesahu, dle individuality každého člověka. Zatímco Rogers vidí jako zdroj vyléčení z ustrnulosti existence přijetí sebe samého takový, jaký je a viní rodiče z nepřijetí jedinečnosti svého dítěte, Frankl nechává odpovědnost na každém člověku, vzít život do vlastních rukou skrze nalezení toho, proč žít. Klade nároky na jedince, a domnívá se, že nestačí být se sebou spokojený, ale právě ona nejistota v tom, kam mě mé činy dovedou, přestože je činím s plným vědomím odpovědnosti a s nejlepším úmyslem, je vyjádřením odvahy (Frankl, 2006). Intuitivní schopnost rozhodnout se v daný okamžik ve prospěch svého smyslu pak u každého jedince plní svědomí. „*Jedním slovem, svědomí je orgán smyslu*“ (Frankl, 2006, s. 58).

Tím, že se v určité dějinné neopakovatelné situaci zachovám nějakým způsobem, nesu za toto rozhodnutí odpovědnost, což je rozporuplné – tíha odpovědnosti (za budoucí následky) je ve vzájemném napětí s uspokojením ze svého podílu na vlivu na chod dění kolem nás. „*V každém okamžiku uskutečňuji nebo ztrácím nějakou možnost, možnost právě toho jediného okamžiku (...) Je to však přece nádherné: vědět, že budoucnost, má vlastní a s ní budoucnost věcí a lidí kolem mne, nějak závisí na mém rozhodnutí v každém okamžiku* (Frankl, 2006, s. 51). Uvědomění odpovědnosti by pak bylo jednou ze součástí interního *locus of control* Juliana Rottera (1966). V souvislosti s vnějším umístěním kontroly pak stojí za srovnání Franklův (2006) přístup k nutnosti volby – té nikdy nemůže uniknout a činí jej svobodným. „*Může jen dělat „jako by“ neměl žádnou volbu a žádnou svobodu rozhodování*“ (Frankl, 2006, s. 89), v čemž spatřuji fatalistické odevzdání, či Kantovskou heteronomii. Nalezení odpovědnosti vůči vlastnímu smyslu je hlavní léčebný cíl existenciální analýzy. „*Kdo má Proč žít, snese téměř každé Jak*“,

cituje Frankl (2006) Nietzscheho, (...) „*Fakticky má uvědomění si nějakého úkolu života imanentní psychoterapeutickou psychohygienickou hodnotu (...) vědomí, že mají v životě úkol, když je tento úkol ušit na míru, když tedy tvoří to, co by bylo možno nazvat posláním*“ (Frankl, 2006, s. 60). Ve Franklově (2006) pojetí vidím rozdíl oproti všeobecně chápanému významu slova *poslání*. Zde nejde o nějaké božské, nadpřirozené hodnocení něčí aktivity či profese, ale „pouze“ o úplnou seberealizaci jedince – tím, že odpovídá na výzvy života jemu kladené. Odpovědnost je pak odpovědností právě za realizaci svých hodnot.

Právě hodnoty, vedle smyslu také určují lidský život, a na rozdíl od smyslu platí univerzálně, vyjadřují postoje člověka, jeho světonázor. Frankl (2006) je nazývá „*shrnující smyslové možnosti vztahující se na condition humaine*“ (s. 60). Mezi nimi pak mohou vznikat konflikty. V těchto situacích, aby jednal odpovědně a ne svévolně, měl by se člověk spolehnout na hlas svého svědomí (aby tak předešel stavu kognitivní disonance). Tento světonázor je pak při jistém redukcionismu možno vnímat dualisticky – buď má člověk postoj přitakávající životu, nebo je životem znechucen. U Frankla tak nacházím vyjádření mého pocitu z popisu odolnosti u novinářů – pokud ji mají, tak v sobě nenechají zvítězit tlumivou energii bázně či rezignace.

Hodnoty rozděluje Frankl (2003) do tří kategorií, které jsou všechny důležité pro porozumění žité zkušenosti mých respondentů. První nazývá *tvůrčími*, další *zážitkovými* (které se realizují při prožití a vcítění se do přírody, umění nebo aktuálního okamžiku). Každý jednotlivý okamžik může podle Frankla dát celému životu smysl, pokud je něčím důležitý. Vždy se mi vybaví Philip Zimbardo a jeho projekt hrdiny všedního dne (Keczer & Zimbardo, 2016), kterým jde proti pluralistické ignoranci. Poslední kategorii hodnot nazývá autor (2006) *postojovými*, kterých si cení nejvíce. I kdyby člověk v životě nic nevytvářel, ani neprožíval vzrušující situace, i ke svému utrpení se nějak může postavit – důstojně a statečně, a skrze tyto hodnoty tak může nalézt životní smysl, tvrdí psycholog přeživší koncentrační tábor Viktor Frankl.

„*Člověk se nemá co tázat, daleko spíše je životem tázán, on má životu z-odpovídat*“ (Frankl, 2006, s. 72). Autor také zdůrazňuje flexibilitu a elasticitu, se kterou by měl člověk přistupovat k životu, a s nimi se uzpůsobovat šancím před ním se otevírajícím.

Tato vlastnost je podle Cílka (2018) charakteristikou resilience a flexibilní optimismus pak u Křivohlavého (2012) optimem pro zdravý vývoj.

6.3 Pospolitost a týmovost vs. masovost

Vzhledem k fenoménům nastoleným v analýze žité zkušenosti zpovídaných novinářů považují za relevantní krátce pojednat o týmové podpoře a dalších sociálních aspektech.

Baštecká (2015) přisuzuje týmu synergii zvyšující výkon a kolegiální, tedy podporu mezi jednotlivými členy týmu. Synergie a týmový duch nevznikají automaticky, ale za splnění některých podmínek. Autorka (2015) klade důraz na vyváženost mezi oddaností cíli i vůdci a taktéž optimální zaměření na vztahy, tak aby nebyl narušen výkonový smysl existence týmu. Tým je obvykle vymezen rolemi a postavením (spolu s rozdělením pravomocí) a soudržností plynoucí z loajality k pracovišti, úkolu či cíli, které pak optimálně vedou k rozvoji týmového ducha (Baštecká & Mach, 2015). V publikaci (2015) nalezneme taktéž zmínku o výzkumu občanského chování v průmyslových podnicích Pearce a Herbičové (2004). Hodnoty sytící týmové občanství jsou především občanská morálka, altruismus, svědomitost, zdvořilost, týmová spolupráce a uvědomělost. Ačkoliv se autorka (2015) v tomto příspěvku zabývá především týmy lékařů a sester v nemocnicích, zajímavý pro můj výzkum je poznatek, že „*při silném společném cíli (např. záchrana života na JIP) vesměs zažívají ad hoc vytvořené smíšené týmy opojný zážitek souhry a spolupráce*“ (Baštecká, 2015, s. 365).

Začlenění člověka do vyššího společenského celku reflektuje Frankl (2006) tak, že právě v tom nadřazeném celku dostává smysl osobní jedinečnost člověka. Socialitu člověka rozděluje autor (2006) na situační danost a pospolitost vyšší danosti. Člověk je totiž *zoon politikon* a pro svou existenci potřebuje blízkost dalších lidí. Tato pospolitost v sobě zahrnuje individualitu každého jedince a liší se tím od masy, ve které absentuje smysl, a útek do masy je de facto snahou vzdát se odpovědnosti a vzdáním se taktéž své originality a autenticity (Frankl, 2006). Zatímco masa jedince před odpovědností ukrývá, pospolitost mu ukládá individuální úkoly. Nabízí se zde srovnání ryzího křesťanství se sektářstvím nebo s kolektivismem ve světském kontextu.

6.4 Autotelická osobnost a prožívání

Na to, proč někteří lidé dokáží nalézt radost v maličkostech, dokonce i v nepřízni osudu, a jiní nenaleznou uspokojení ani, když k tomu mají optimální podmínky, se pokusil odpovědět americký psycholog maďarského původu, Mihaly Csikszentmihalyi (2015). Svou teorii zastřešuje konceptem *flow*, který znamená pocit pohlcení nějakou činností pro ni samotnou, pocit radosti a naplnění aktivitou, která vyžaduje přiměřené úsilí – na jednu stranu je dosažitelná, ale je zapotřebí vyvinout úsilí, které je motivující (Csikszentmihalyi, 2015). Tohoto stavu radosti z činnosti dosahují nejčastěji lidé, které autor (2015) nazývá autotelickými, tedy schopnými nalézat smysl vytyčený sebou samými, a kteří si tyto cíle rádi a často sami určují. Csikszentmihalyi (2015) spekuluje o jisté genetické danosti schopnosti prožívat události určitým způsobem (častěji se radovat z maličností, a nevnímat tolik frustraci). To, kde některé výzkumy potvrdily onu vrozenost, se týká především rozptylu pozornosti (Hamilton, Jean In Csikszentmihalyi, 2015). Právě to, jak jedinec dokáže ovládat a směřovat svou pozornost, je do velké míry určující pro jeho schopnost prožívat stav *flow*. Jedná se totiž o plné zacílení pozornosti do jedné aktivity a rozpuštění se v ní, za cílem rozvoje a obohacení. Autotelická osobnost má kontrolu nad svým vědomím, a nenechává se rozhodit vnějšími překážkami. Naopak například schizofrenici se vyznačují přílišnou vnímavostí vůči všem podnětům, jež jim znemožňuje zacílené soustředění. Mají pocit, že nemají svobodnou vůli – věci se jim tak nějak dějí a oni s tím nemohou nic udělat. Z toho důvodu se nemohou radovat ze života. „*Když člověk nedokáže ovládat svoji psychickou energii, není možné ani učení, ani opravdová radost z nějaké činnosti*“ (Csikszentmihalyi, 2015, s. 105). Podobné nesnáze zažívají i lidé s nedostatečným sebevědomím nebo narcističtí jedinci, kdy obě tyto skupiny zaměřují veškerou pozornost na sebe a všechny události interpretují svým prizmatem. Obávají se například, co si o nich ostatní pomyslí, zda je přijmou, či co jim daná událost přinese nebo zda jim neublíží. Veškerá energie je tak vyčerpávána pro „zacelování vlastních ran“ a nedostává se jí na vnější svět, smysluplné činnosti, umění nebo jiné lidi, které by jinak mohly přinášet potěšení. „*Na sebe soustředěné já se paradoxně nemůže rozvíjet a nabývat na komplexitě, protože veškerá psychická energie, kterou má k dispozici, je*

investována do naplňování aktuálních cílů místo vyhledávání nových“ (Csikszentmihalyi, 2015, s. 106).

Jako významný rys autotelické osobnosti se nám tak ukazuje pocit vlivu, který můžeme připodobnit k internímu *locus of control*. Ve stavu flow však prožívající osoba nepřeceňuje vlastní důležitost, ale spíše soucítí s širším celkem. Jde tak o určitou sounáležitost, která však není konformní: *„lidé závislí na pravidlech společnosti, která by vnášela řád do jejich vědomí, začnou pociťovat úzkost“* (Csikszentmihalyi, 2015, s. 107).

V teorii Csikszentmihalyiho je znát vliv humanistického psychologa Abrahama Maslowa (2014), který o autotelické osobnosti pojednává vlastně terminologií sebeaktualizovaného člověka, který je orientován „růstově“ (Maslow, 2014). Zatímco po uspokojení nižších, deficitních, potřeb se dostavuje úleva, která je krátkodobá, u vyšších, takzvaných beta potřeb (bytí) následuje vyrovnanost a trvalá radost doprovázená pocitem růstu. Deficitními potřebami rozumíme základní potřeby potravy, spánku, ale také bezpečí, sounáležitosti, lásky a uznání. Růstové pak zahrnují poznávací potřeby, estetické, seberealizační a vrcholným stupněm je sebetranscendence, které jsou někteří jedinci schopni dosáhnout, aniž by jejich nižší potřeby byly uspokojeny. *„Vrcholný zážitek je vnímán jako sebezpotvrzující a sebeospravedlňující okamžik, který má svou vlastní vnitřní hodnotu“* (Maslow, 2014, s. 135). Dá se tedy přidobobnit k pozdějšímu termínu *flow*.

7 Analýza 2 – Kategorie osobnostních zdrojů

Po analýze žité zkušenosti vybraných novinářů jsem se pokusila srovnat momenty, ve kterých se shodují, a které se jeví být jádrem jejich schopnosti vykonávat zvolenou práci navzdory mnoha nesnázím. Zvolené kategorie se mohou jevit jako prolínající se, jde přesto o faktory oddělené, na sobě nezávislé. V určitých konkrétních chvílích se však mohou vyskytovat současně a umocňovat tak jejich vliv na jedince v daném okamžiku. Zjištěnými kategoriemi jsou *autonomie (ve smyslu autotelické osobnosti)*, *ochota jít do nepřízně (odvaha riskovat)*, *věrnost hodnotám a sounáležitost (sociální rozměr osobnosti)*. Myslím si, že se do určité míry shodují s odvěkými ctnostmi, které

byly vyzdvihovány jak v našich podmínkách antikou a křesťanstvím, tak všemi východními směry náboženství (Seligman, 2003).

7.1 Autonomie

Autonomie je u obou respondentů zásadní charakteristikou. Vyznačují se svobodou vůle, nalézáním vlastních cílů, které motivují a vedou jejich chování. Je jim cizí rutina a spoléhání se na konvence. Jaroslav Kmenta uvádí „přirozenost a upřímnost“ jako svůj stabilní rys chování. *„Získat důvěru si můžete jen, když budete takový, jaký jste. (...) To se mi vyplatilo vždy být přirozený“*. Autenticitu považuje také za něco, co je pro práci novináře důležité a snaží se ji předávat ostatním: *„Chovejte se jako vy, tu osobnost si zachovejte“*. *„Potřeba dělat si věci po svém“* vedla i Pavlu Holcovou ke změně pracovního místa a nakonec k vytvoření vlastní redakce. Nalezla tak místo, kde může plně realizovat své možnosti a cíle založené na veřejném zájmu.

Autotelická osobnost se vyznačuje sledováním subjektivně důležitých cílů, které ji posunou někam dále - v aktivitách, do kterých je schopna se plně ponořit a zcela jim věnovat svou pozornost. Podle Holcové je svoboda: *„když cítím, že nemusím vůbec nic, ale naopak můžu“*. Toto vyjádření mi připomnělo konec románu Johna Steinbecka *Na východ od ráje* s jeho závěrečným poselstvím „timšel“, které v hebrejštině znamená „můžeš“ – víru v otevřené budoucí možnosti (navzdory dosavadní nepřízni osudu). Pavly pocit svobody je naprostou volností snoubící se s uvědoměním vlastní touhy tvořit, bez vnějšího tlaku. *„Dělám práci, ve které vidím smysl a jsem svým způsobem naprosto svobodná. Za to cítím vděčnost“*. Tato vděčnost by mohla být hrdostí na vlastní úspěšné úsilí v tomto cíli. Pavla disponuje silou, díky které realizuje své touhy a cíle. Nejsou to žádné vnější síly, které by ji dostaly tam, kde je.

„Stanoví si cíle odpovídající své obtížné situaci a pozorně sledují pokrok svého úsilí pomocí nějaké zpětné vazby. Kdykoli dosáhnout svého cíle, zvýší si laťku a stanoví složitější úkoly“ (Csikszentmihalyi, 2015, s. 112). Také Kmenta si implicitně uvědomuje svou autotelickou charakteristiku – tvoří si již od dětství úsekové cíle, jejichž uzavření podpořené adekvátní zpětnou vazbou upevní jeho souznění s vykonávanou prací. Je schopen mobilizace sil a sebeřízení (emocí i pozornosti). *„Uměl jsem si to tehdy v sobě nastavit, že jsem šel za nějakým cílem“*. Tendence

neustále na sobě pracovat se u něj opět projevuje po vlastní originální ose: „*aby se vyvíjel stále v lepšího novináře (...) Také chcete mít nějaký vývoj – buď jste kariérista a chcete být šéfredaktorem – to já nikdy nechtěl, protože mě úředničina v rámci porad nikdy nebavila. Já se našel v těch knížkách a šel jsem si cestou investigativního novináře*“.

Autotelická osobnost se projevuje rozvojem vlastních, a ne někým vsugerovaných možností. Dokáže také na všem nalézt něco dobrého a radost pociťuje i za okolností běžně vnímaných jako velmi stresujících. Odpovídá zároveň na to, co jí život nabízí, a nepropadá bezmoci v nezměnitelných podmínkách. Jaroslav sám říká: „*Vy se formujete podle událostí, které zažíváte*“. Z toho je patrné, že přestože byl prací zavalený, dokázal se přizpůsobit povaze práce v redakci deníku MF DNES. Uvědomoval si totiž, že je to „*ostrov svobody*“ a redakce, která si může pro svobodu investigativních novinářů dovolit více, než kterákoli jiná. Čím dál více však šel k naprostému osvobození, aby se tak co nejvíce mohl věnovat svým knihám, ve kterých se naplno může projevit jeho individualita – a které mu zajišťují důležitý prvek, ekonomickou soběstačnost. Když se pak okolnosti v deníku změnily, flexibilně se přeorientoval: „*pojď tu práci dělat úplně jinak, budeš si dělat svoje knížky, budeš to dělat s větší pohodou a budeš mít čas i na rodinu (...) já se vydal na cestu, o které jsem vlastně snil*“.

„*Někteří jedinci jsou třeba ztraceni na Antarktidě nebo odsouzeni k pobytu ve vězeňské cele, ale přesto dokážou přetvořit tyto trýznivé podmínky do nějakého úsilí, které je nejen snesitelné, ale dokonce radostné, zatímco většina jiných lidí by v tak těžké zkoušce podlehla*“ (Csikszentmihalyi, 2015, s. 112). Tento rys je charakteristický také pro Pavlu Holcovou, která se při prvním ocitnutí ve vězení, se svým kolegou na Kubě, nejenže neobávala a vnímala situaci jako naopak pozitivní zážitek, který v ní navíc zažehl i rozhodnutí stát se investigativní novinářkou. „*On to byl vlastně velmi zajímavý a pozitivní zážitek. Já si vůbec nepřipouštěla, že by to mohlo narůst do nějakého většího problému*“.

7.2 Ochota jít do nepřízně (odvaha riskovat)

U obou novinářů jsem vyzorovala zjevnou odvahu jít do rizika, jež se dle mého názoru pojí s vrozenou odvahou a schopností odložit uspokojení. Toto vychylování směrem k rizikovým situacím nepramení z pouhé touhy po vzrušení či z nedostatku respektu k životu a smrti. Oba si naopak uvědomují svou smrtelnost, a průběžně reflektují své činnosti. Je zde ovšem ono nietzschovské „proč“ – pocit odpovědnosti vůči světu a vlastní angažovanost ve společenských problémech, které je dostatečným důvodem pro jejich vstup do toho rizika. Toto „proč“, díky němuž snesou kterékoli „jak“ odpovídá třetí stanovené kategorii, věrnosti hodnotám, kterou rozeberu dále. Je však rozšířením této existující lehkosti, se kterou přirozeně vcházejí do nekomfortních situací.

U Pavly setkávání s diskomfortem a dobrodružstvím začalo již v dětství při cestování s rodinou, kdy se též vlastními silami snažili uživit. *„Myslím, že mě to na tuto práci dobře připravilo“*. Kdykoli pak potřebuje od práce vypnout, zmiňuje schopnost „odstříhnout se“ od ní, stejně jako Jaroslav Kmenta, jde opět mimo svou komfortní zónu, kde paradoxně nabere novou sílu: *„Když jdu na nějaký výlet a je hrozně hnusně (...) celou dobu jsem myslela jenom na to, jak přežít to hnusné počasí, a nic jiného (...) svět je najednou úplně v pořádku“*.

Vstupování do nebezpečí je běžnou součástí jejich práce: *„často se dostáváme k věcem, které jsou nebezpečné, a často si to riziko uvědomujeme, i když někde vzadu si ho nechceme úplně připouštět“*, říká Holcová o práci investigativních novinářů a zmiňuje, že již v dětství byla vůči případným rizikům méně citlivá. *„Myslím, že jsem tu hranici měla posunutou vlastně od dětství“*, což prý reflektovala i její maminka. K menší míře uvědomování nebezpečí se váže též mírnější vnímání frustrace. Tu považuje za krátkodobou a bezvýznamnou oproti ohrožení svých bližních. Vnímá ji jako něco, co je *„tady a teď, s čímž se dá pracovat“*, což se dle mého názoru vztahuje k výše zmíněné schopnosti odložit uspokojení, ale také k určitému dílu optimismu. Frustrace u ní plyne především ze skutečnosti, že nemá absolutně žádnou jistotu ve výsledku a odměně za vykonanou práci: *„kromě toho, že nevíte, jak dopadnou, tak můžou dopadnout i dobře,*

ale nikoho to nezajímá (...) nikdy nevíme, jestli za šest měsíců ještě budeme fungovat“. Navzdory této nejistotě jde do rizika (i finančního) a věnuje se této mnohdy nevděčné práci (vzpomeňme vyjadřování vůdčích osobností naší republiky vůči novinářům). Už jen verbální útoky a pomluvy by mohly velkou řadu lidí ochromit. Riziko, kterému se tito novináři vystavují, je však několikanásobně vyšší.

Jaroslav Kmenta také přiznává, že frustraci z nemožnosti ovlivnit některé věci občas *„zažije v plné palbě“*, dodává však k tomu, že kdyby si to připouštěl příliš k tělu, nemohl by tuto práci dělat. Frustraci zažene a funguje dál. *„Našel jsem nějaký mód, že si to nesmím tolik brát. (...) tak nějak jsem si to v sobě nastavil, že připouštět si velké množství frustrace je cesta do pekel“.* Jako zdroj této síly se jeví vrozená odolnost, jak to sám vnímá i pan Kmenta: *„Záleží na tom, jací jsme, možná i dědičně“.*

To, že si Pavla Holcová nevybírání vždy tu nejsnadnější cestu a myslí do budoucna je znát na období, kdy studovala, měla miminko a pracovala na nočních službách. Přesto ne nevzdává žádné ze složek svého života a vytrvá.

Významným rysem osobnosti je u obou novinářů nesnadné uvědomění si své fyzické i duševní únavy. Pavla přiznává, že jí kolegové museli poradit, aby si více hlídala, kolik času věnuje své práci. Blížila se vyčerpání, a po jejich naléhání se nad tím skutečně zamyslela. Přiznává, že jinak by své tělo asi neposlouchala a pokračovala dál: *„Pořád...a to bych byla hrozně zpruzená, a byla bych protivná na ostatní a unavená, a to se snad částečně teď eliminovalo“.*

Stejně tak Jaroslav začal svůj pracovní režim mírnit až po rozhovoru s psycholožkou a po nastartování některých volnočasových aktivit, které mu poskytly prostor pro odstup:

„Dvakrát jsem právě na takové debatě s psycholožkou byl, a my si vlastně povídali o všem možném – nejprve mi přišlo, že nemluvíme vůbec o práci, která mně tíží nejvíc. My si povídali o mnoha věcech, třeba o rodině, a najednou jsem si uvědomil, že mne to vlastně uklidnilo. A to z mnoha důvodů, a to jednak, že si člověk uvědomí, že život není jenom o té práci. A já tehdy žil skutečně jenom prací, od rána do večera“

„Musíte si udělat režim ve smyslu vyspat se a odpočinout. Tělo máte jenom jedno, a když to přeženete, tak můžete skončit na psychiatrii. Takže jsem začal, možná až po

nějakých dvaceti letech – to je hrozný, co jsem vlastně zažíval – no ale až po nějakých dvaceti letech, jsem nastolil řád. Zamiloval jsem se do hrozně dlouhých procházek. Ačkoliv jsem nemohl začít sportovat na původní úrovni, tak procházky se pro mne staly únikem z reality a regenerací těla i mysli. Chodil jsem celé hodiny, a pak jsem to dotáhl do takové úrovně, že jsem začal chodit tak rychle, že je to skoro takový indiánský běh - chvíli jdu a chvíli skoro běžím. Tohle mi hrozně pomohlo. Pak jsem si uvědomil, že si nesmím nechat utéct život mezi prsty, protože nesmím dělat jen tu práci, protože pak budu nešťastný“.

7.3 Sounáležitost

Sociální rozměr osobnosti hraje u zvolených novinářů významnou roli. Přestože jsou vysoce pracovní vyčerpáni, mají funkční rodinné vazby a jsou ukotveni i v širším okruhu přátel, a logicky zvláště kolegů či různých spolupracovníků: „*Chybí nám, že se jednou za čas vidíme, a probereme nejen práci“*. Jaroslav Kmenta si svou sociabilitu bohatě sytí i v práci – svou schopností „zkafovat se“ se svými zdroji tak navazuje empatické interakce. Svou roli a možnosti („*rozsvítit“*) ve společnosti si uvědomuje a rád šíří své poznatky a diskutuje o nich s lidmi na různých besedách, kterých se po republice účastní. Jeho vztahy s kolegy jsou pro něj významným posilujícím faktorem – „*referenční sounáležitost“* s novinářskými hvězdami USA zažitá na stáži investigativní žurnalistiky pro něj znamenala obrovský odrazový můstek: „*Mně to pomohlo vnitřně být si více jistý... A když jsem se vrátil, tak jsem si uvědomil, že chci být pořád novinář, a že mě to prostě baví“*.

Zápal ostatních kolegů v MFD („*představte si, že nás tam bylo dvacet takových!“*) podporoval týmového ducha, který podněcoval novináře k práci na vytyčených úkolech.

Kolektivní rozměr práce je v řeči Pavly Holcové znát neustále: „*bylo to kolektivní vyčerpání (...) mám pocit, že jsem jen přispěla a je to zásluha někoho jiného“*. Pavla se snaží držet při zemi a být pokorná, otevřená vůči jiným perspektivám, a lidem naslouchající. Sepjetí ve společném cíli a nebezpečí (mnohdy nepřízni osudu, jako na Kubě ve vězení) investigativní novináře sblížuje: „*Myslím, že není moc nebezpečnějších věcí pro investigativního novináře, než být solitér. Dávat najevo, že ty informace, které*

mám, má i mnoho dalších lidí, a že když mě zabijí, tak ničemu nezabrání, a kdokoliv to může vydat, je dost silná ochrana“.

U Jaroslava je možné interpretovat navíc určitou tendenci ke *generativitě* – smysl spatřuje v předávání zkušeností mladým novinářům, a podílí se tak na mezigenerační výměně kapitálu. Novinář vyjadřuje také svou vděčnost za chod událostí, že se v určité životní etapě mohl konečně více věnovat své rodině. Svou rodinu se také snažil zabezpečit ekonomicky a zajistit svým dětem prostřednictvím bydlení co nejlepší vstup do života:

„Zároveň jsem dal té rodině takový vklad, že můžeme žít život, jaký nemůže žít každý. Ekonomická soběstačnost nám dává to, že jsem si mohl dovolit koupit byt, ve kterém dneska žije můj syn. Dneska ti mladí jsou rádi, že jsou rádi“.

„Já si to neuvěřitelně užíval, já jsem byl neskutečně šťastný, že obě děti u nás doma zůstaly až donedávna, až do nějakých čtyřadvaceti, kdy se osamostatnily. Někdy se to stane, že děti odejdou ve dvaceti, ale mně kdyby se to stalo, tak bych byl vlastně v pytli, protože bych si těch dětí už v životě neužil. Pro mne to bylo obrovské štěstí, protože já se zklidnil a více začal nasávat tu atmosféru rodiny“.

„Takže vlastně, jak jste mě takhle rozebrala, tak já jsem šťastný člověk“.

Forma sociální existence zpovídáných novinářů je popsitelná vlastnostmi autotelické osobnosti. Nejedná se tak o konvenční spolubytí či oddání se vnějším pravidlům, ale o autentické souznění na základě vnitřního souhlasu.

7.4 Věrnost hodnotám

Jako důležitou charakteristiku osobnosti mých respondentů vidím jejich pevný hodnotový žebříček, kterého se drží. Tyto hodnoty pak obvykle doplňují další kategorie – přidávají jim obsah. Jsou například tím, *proč* vlastně do rizika jdou, ačkoliv je jim ochota riziko podstoupit vlastní. Ta sama o sobě však nestačí jako vysvětlení jejich angažovanosti ve zvolené profesi. Odpovídají tedy tomu „*b*)“ u každé činnosti. Jak

tvrdí Jaroslav Kmenta: „*být pracovitý nestačí*“ – samo o sobě nám to totiž neříká nic o morálce či smyslu pro společnost.

7.4.1 *Odpovědnost*

Tato hodnota se ukazuje jako zásadní u obou novinářů. Je to odpovědnost vůči společnosti, která by se také dala nazvat hodnotou veřejnému zájmu. Jaroslav Kmenta říká, že novináři jsou lidé, kteří píšou články a vykonávají svou práci ve veřejném zájmu. Mají dle jeho slov sílu „*rozsvítit světlo ve tmě*“, a využít tak své odpovědnosti. V rozhovorech s lidmi, kteří od něj čekají pomoc, si uvědomuje svůj závazek, který ctí, přestože tím již překračuje svou oficiální agendu: „*Někdy si říkáte, že problém člověka, se kterým mluvíte je tak vážný, že uvažujete, jak mu kromě napsání článku pomoci*“. Musí naopak se sebou pracovat na tom, aby tlumil své zapálení vzhledem k omezeným pravomocím: „*Vy máte v podvědomí slušnost a dobrotu, a tak cítíte potřebu o něčem napsat a změnit to. A ono se pak nic nestalo, takže jsem ze začátku cítil velkou frustraci a měl jsem pocit, že se na to vykašlu (...)* Samozřejmě, kdybyste byli jen jak robot, tak by to bylo taky špatně, ale pokud byste si to extrémně připouštěli k tělu a byli z každé blbosti frustrováni, tak tu práci nemůžete dělat.“.

Pavla Holcová veřejný zájem akcentuje ve veškerém obsahu publikovaném její redakcí, a to na úkor větší jistoty komerčního úspěchu. Odpovědnost v širším smyslu prožívá i vůči své rodině – nesporným stresorem je její možné ohrožení. „*Mně asi dost změnilo, že mám dítě, najednou jsem si uvědomila svou smrtelnost*“. Odpovědnosti také učí svou dceru.

Touha být prospěšná a odpovědně využívat své síly je zjevná v odpovědi, že kdyby nebyla novinářkou (což si těžko dokáže představit), dělala by zdravotní sestru, protože to je „*důležité a užitečné*“.

7.4.2 Pravda a spravedlnost

„Vám znám je vědychtivý Brecht,

slyší ho celý sál!

On příliš často rušil klid,

na původ bohatství se ptal.

I musil zemi rychle opustit.

Ba, syn mé matky chtěl znát vždycky víc než dost!

Hle: den se ještě nevzdal tmám

a svět už viděl následnost:

To zvidavost jen přivedla ho tam.

Blažen, kdo zvidavosti prost“

(Brecht, 2012, str. 83)

Oba novináři se k hodnotě dobra, pravdivosti a spravedlnosti ve své práci vztahují. Věřící v ně a pátrají po nich. „*Já k tomu tak přistupuji – věřím v dobro a vždycky, když je nějaký spor, který řeším investigativně, tak hledám tu pravdu, tu objektivní realitu. A teď v tom sporu řeším, kdo je ten poctivý, a kdo lump, a říkám si: „Proboha, toho nedávejte do vězení, ten tam nemá co dělat, ten nekradl!“ A tak si v tu chvíli musím říct, že jsem jenom a jenom člověk a jen novinář, a nesmím si to tak brát“*, říká Jaroslav, což u něj pak znamená snahu o zmírnění frustrace vzhledem k událostem, které odhaluje, a kterým musí přihlížet.

Pavla se v životě snaží maximálně dobírat pravdy a nic si nenalhávat: „*Možná to ve mně nějakou naivitu zabíjí, ale k čemu je naivita, že?*“ To se odráží v její práci a vede ji k snaze hlouběji se do případů ponořovat (naplnění potřeby poznání tak v souladu s Maslowou (2012) teorií potřeb probudí její další chuť poznávat).

„Zase to vyvažuje, když mluvíte s někým...jako třeba před týdnem jsem dělala rozhovor s jedním slovenským vyšetřovatelem Jaroslavem Láskou, který naopak velmi dobře ví, co je pro něj správné, a co už ne. Na někoho by mohl působit velmi naivně, ale vlastně mně to vrátilo tu víru v dobro lidstva a nezkorumpované policajty“, popisuje jej jako člověka, který se drží svých hodnot, což mu v Pavliných očích zvyšuje morální kredit.

Respekt k takovým lidem vyjadřuje i v odpovědi na můj dotaz, ke komu vzhlíží:

„Vlastně docela vzhlížím k úplně normálním lidem, kteří se v nějaký důležitý okamžik dokázali zachovat správně, ne cestou nejmenšího odporu, ale naopak cestou, která pro ně bude náročná“. Spravedlnost je také tím, co u ní v průběhu její kariéry vystoupalo v žebříčku hodnot: „jsem mnohem citlivější k tomu, co je fér (...) baví mě sledovat ty nuance“.

7.4.3 Svoboda

Hodnota, která provází život mých respondentů je bezpochyby touha po svobodě. Na základě mého popisu jejich autonomní existence se může zdát zbytečné ji sem zařazovat – již jsem zmiňovala, jak realizovali vlastní tendenci jít svou cestou, k rozvinutí vlastních možností, bez závislosti na institucích, se kterými by nebyli hodnotově spjati. Svoboda je však také tím, pro co jsou schopni pracovat ve prospěch celku. Nestojí ve vlastní autonomii mimo civilizace bez zájmu o okolní svět. Snaží se naopak ve spolupráci s kolegy tvořit tak, aby pomáhali udržovat svobodu a demokracii v naší republice i ve světě.

Kmenta: „Když řešíte tak brutální věci, jako je korupce v řádu desítek milionů či začlenění do podsvětí nějakého politika nebo úředníka, tak musíte přemýšlet novinářsky jinak, odhrnout tu oponu a přemýšlet, jak se k tomu cíli dostat“.

„Mladá fronta DNES byl dlouho takový ostrov svobody, kde jsme skutečně mohli pracovat zcela svobodně na tom, co bylo pro společnost cenné a důležité. (...) Měl jsem takový sen odejít z „Fronty“, ale kdyby tam nebyl Babiš, a bylo tam pořád to svobodné prostředí a život, tak já bych byl nejšťastnější. Byl bych externí spolupracovník, který píše knížky a zároveň dává exkluzivní informace do tohoto média, které jsem respektoval“.

Jaroslav Kmenta se navíc při pohledu na „*utahující šrouby ve společnosti*“ rozhodl spolupracovat se studenty a mladými novináři, „*kteří jsou potřeba ve svobodném světě, aby vytvářeli tlak na politiku*“. Tato spolupráce a pocit předávání zkušeností a hodnot jej velmi naplňuje.

„*Nastoupila jsem na projekt, který měl za cíl podporovat kubánské nezávislé novináře, školit je, a vozit jim materiál, aby mohli fungovat (...) pak jsem dostala na starost další kubánské programy na podporu ostatních lidí v opozici a disentu, a vlastně jsem se tak dostala k investigativní žurnalistice*“, popisuje Pavla Holcová své začátky v Člověku v tísní, což je samo o sobě velmi vypovídající o jejím zájmu na svobodné společnosti. Z medailonu představeného v metodologické části předkládané práce se dá vyčíst mnoho novinářčích pokusů, včetně mnoha úspěšných, odhalit korupci a pomoci nastolit demokratičtější vládu v různých zemích po světě, kde zatýkání novinářů je zcela běžnou praxí.

7.4.5 *Smysl*

Zastřešující hodnotou, jež naplňuje ostatní kategorie tím stěžejním obsahem, je smysl. Proto jsem také předkládanou práci nazvala *Nacházení smyslu v práci investigativního novináře*. Smysl je tím, čeho si na své práci nejvíce cení, a to pro ono bytostné souznění s vlastní osobností a se všemi ostatními hodnotami, jež vyznává. Smysl je také úkolem sebou samotným pro sebe určeným, jehož plnění dává zpětně smysl životu jako celku. Z toho důvodu se jejich práce dá nazvat posláním, ve smyslu poslání pro ně samotné – k jehož plnění se cítí sobě zavázáni. Uvědomění nalezení takového úkolu – smyslu, má dle Frankla (2006) nesmírnou psychohygienickou hodnotu. Tím pádem se dá říci, že je zároveň zdrojem zvládnání a útěchy i motivátorem pokračovat dále směrem do nepřízně. Takové poslání má tudíž i svou odvrácenou stranu – vlivem velkého zápalu a ztotožnění často dochází k možná nedostatečnému uvědomování vlastní hranice sil, únavy a zdravotních aspektů.

Zajímavé je, že nehledě na dlouhodobý smysl jejich úsilí tím, co je v krátkodobém horizontu na práci pohlcuje, je taktéž smysl – v poznání, rozlousknutí hádanky, nad níž si dlouho lámali hlavu.

Jaroslav: „*Vy do toho jdete, protože to máte rád, je to pestré a zajímavé, a jak si lámete hlavu s těmi informacemi, tak máte radost, že jste na něco přišel. V tu chvíli Vás to uspokojuje – já jsem tady něco rozklíčoval, a oni Vás za to ještě chválí, a ještě za to dostávají peníze*“.

Pavla: „*Je to ten okamžik toho prozření, kdy to začne dávat smysl. Řešíte něco, máte nějakou hypotézu, nevíte, co bude, a najednou k Vám začnou přicházet ty informace a skládat se, že si řeknete „aha, tak takhle to bylo.*“

8 Diskuze

Nejprve bych ráda krátce popsala vnímání vlastních rolí mými respondenty, investigativními novináři, dle teoretického nastínění v úvodním popisu mediálního prostředí. V reflexi prožívání vlastní práce akcentují oba novináři normativní ideály žurnalistické produkce - ztotožňují se s pojetím žurnalistiky jako hlídacího psa demokracie. Publikační hodnoty a závazky vůči společnosti vytyčené McQuailem (2016) jsou vyjádřeny v analýze jimi vyznávaných hodnot. Patří mezi ně svoboda, odpovědnost, veřejný zájem, pravda a spravedlnost. McQuail (2016) taktéž naznačuje napětí ve vztahu mezi svobodou a odpovědností, kterou zvláště novinářka Holcová často skloňuje. Vazba mezi těmito dvěma hodnotami je také nutností pro optimální prožívání autotelické osobnosti u Csikszentmihalyiho (2015). Věrnost těmto (novinářským) hodnotám jsem právě vztáhla na rovinu individuální. Dle McQuaila (2016) však existují také pravidla mediálních organizací, které by měly sledovat stejné hodnoty, ale mnohdy zde naopak dochází k jejich konfliktům. Možná také proto měli oba respondenti tendenci co nejvíce se osvobodit, aby tak mohli dělat práci, která maximálně odpovídá jejich hodnotám.

Vůči ekonomickým tlakům, které také na redakce působí (McNair, 2004) se oba novináři postupem času vymezili vlastním způsobem. České centrum pro investigativní žurnalistiku Pavly Holcové nesleduje jako primární cíl komerci, ale oproti mainstreamu publikuje články, které uspokojí čtenáře, kteří se chtějí dozvědět víc o mezinárodních kauzách. Redakce funguje na základě grantů vypisovaných pro nezávislá média a také díky různým dárcům sympatizujících s povahou tohoto média. Na jejich stránkách je veškerý obsah zpřístupněn bezplatně a nenajdete zde žádné reklamy. Jaroslav Kmenta měl dlouho sen o malé redakci, který se mu vyplnil, a může se tak věnovat případům vrhajícími světlo na zločin z mnoha úhlů pohledu. Finanční nezávislost si zajistil psaním knížek, které jsou pro něj navíc důležitým ventilem.

Tlaky vyvolané novými technologiemi (McNair, 2004) se ve vnímání profese novináře u obou respondentů taktéž odrážejí. Jaroslav pojímá internetovou žurnalistiku jako výzvu pro stávající novináře více na sobě pracovat, disponovat něčím sofistikovanějším, než umí počítač – lidskou složkou, empatií, která je při práci se zdroji nezbytná. Netřeba

zdůrazňovat, že kritické teorie médií vytýkající novinářům užívání rutinních zdrojů (oficiální zprávy z tiskových konferencí ministerstev, apod.) nejsou případem mých respondentů.

„Dámy, pánové. Vidíte zanikat zástupce zanikajícího stavu. My, drobní občané-řemeslníci, kteří se s páčidlem poctivě činíme na poniklovaných pokladničkách drobných obchodníků, jsme pohlcováni velkopodnikateli, za nimiž stojí banky. Co je paklíč proti akcií? Co je vloupání do banky proti založení banky? Co je vražda člověka proti jeho šikovnému umístění?“ (Brecht, 2012, s. 96).

Investigativní novináři se zaměřují právě na dominantní řád, ve kterém jsme udržováni, na systémová pochybení a institucionalizovaný zločin. Místa, odkud většinová média čerpají svá zjištění, jsou investigativními novináři přednostně prověřována.

Pavla Holcová reflektuje ochuzení žurnalistické produkce vlivem IT v mnoha médiích. Pouhé přebírání hotových syrových informací bylo to, co ji odradilo od práce v internetovém deníku. Ve své současné práci však technologických nástrojů využívá tak, aby prohloubila svá zjištění k daným tématům – datová analýza jí pomáhá získávat a zpracovávat velké množství dat, které pak může dále interpretovat.

Za primární zjištění z hlediska psychologického prožívání považuji ustanovení kategorií v předešlé analýze. Jejich formulace vychází z mé *empatické interpretace* žitých zkušeností respondentů. Připadá mi smysluplnější zamyslet se nad konkrétními osobnostními zdroji zkoumaných osob, jelikož můj výzkum je založen na idiografickém přístupu a je převážně tažen daty, tzv. *data driven*. Mým cílem není tedy vyvozené kategorie vpasovat do škatulek konkrétních psychologických konceptů, ale pokusím se má zjištění přirovnat k některým významným myšlenkám pojednaných v teoretické části, čímž naváži na hermeneutickou fázi metody IPA.

Z hlediska vnímání stresu se mi jako velmi nosná pro předkládaný výzkum jeví Lazarusova teorie stresu (1966) zohledňující interindividuální variabilitu v interpretaci stresových událostí i v samotném prožívání stresu. Zatímco dle Holcové se různí investigativci vyrovnávají s hrozcími riziky odlišně, ona i Jaroslav Kmenta (na podkladě jejich popisu vrozené posunuté hranice vnímání nebezpečí) dospěli k uvědomění, že připouštění si velké míry stresu je neslučitelné s výkonem jimi zvolené

práce. Racionálně si uvědomili, že je nutné čas od času se „odstříhnout“ a získat tak vládu nad svým vědomím, což Csikszentmihalyi (2015) přisuzuje autotelické osobnosti. Na vrozenou odolnost (ochotu jít do rizika) pak nasedají hodnoty, se kterými se ztotožňují. Uvědomění si vlastní kontroly (Folkman, 1984) u nich spočívá především v nepasování se do rolí obětí, ale naopak strůjců svého osudu. Z hlediska umístění kontroly vlivu (Rotter, 1966) se tak respondenti blíží rozhodně více internímu umístění, ačkoliv zcela jistě ne jeho krajnímu pólu. Nepřičítají totiž veškeré zásluhy sobě, ale spíše týmu, se kterým pracují a v rámci nějž identifikují svůj podíl. Zde můžeme pozorovat vliv jednoho z poselství křesťanství, o specifickém významu jedince v rámci celku, jak jej popsal Křivohlavý (2012). Tato sounáležitost s celkem a neoportunistická participace na společenském životě je ustanovena jednou ze čtyř základních kategorií v rámci analýzy. Na druhou stranu jsou si vědomi svého dílu na dosažené svobodě a autonomii.

Rotter (1966) taktéž spojoval vnitřní umístění kontroly s účinným učením se řešit problémy. Jaroslav vidí svou vůli pracovat na sobě – určovat si své cíle: „*Já jsem to tehdy nastartoval a v osmé třídě jsem měl samé jedničky*“. Vytvořil si strategii úsekových cílů, která se mu osvědčila, ve které pokračuje a předchází tak díky ní ztrátě pevného bodu. Tyto cíle je ovšem s ohledem na možný jiný vývoj ochoten flexibilně opustit a změnit: „*Tohle byla šťastná doba mého života, že jsem se mohl věnovat i rodině, dětem. Takže všechno zlé je pro něco dobré – Babiš sice zmršil noviny a politiku tím, co udělal, ale já se vydal na cestu, o které jsem vlastně snil. Mohl jsem to udělat dříve a razantněji, ale okolnosti mne k tomu nenutily*“.

Pavla dobu, kdy zvládla péči o miminko, školu i práci po nocích, zreflektovala jako podařenou - díky spolupráci její a jejího muže, což ji posílilo do budoucna. Nejenže v počátku nepropadla úzkostem a nerezignovala například na studium, ale s vědomím odpovědnosti zvládla všechny povinnosti a po právu pocítila vlastní díl úspěchu. „*Já myslím, že člověk, když něco prožívá, tak nemá čas o tom přemýšlet, ale když to skončí, tak si to uvědomí (...) bylo to vyčerpávající období*“. Zde shledávám zaměření na řešení problémů, které dle Scheierera a Carvera (2002) převládá u osob s interním *locus of control*. Dle humanistického psychologa Abrahama Maslowa je zásadní zaměření motivace člověka: „*Čím více je daný člověk orientován na růst, tím více se soustředí na*

problémy jako takové a tím spíše se dokáže při jednání s vnějším světem oprostit od myšlenek na vlastní osobu“ (Maslow, 2014, s. 95).

Stálým zaměřením na sebe naopak jedinec dle Csikszentmihalyiho (2015) vyčerpává obrovské množství energie, které by mohl využít smysluplnějším způsobem, a sekundárně tak dosáhnout radosti a naplnění. Zde se domnívám, že činí velkou chybu současná psychologie, když to, co nechává prosakovat na povrch do veřejnosti, je apel na větší zaměření na sebe a své potřeby, který však v dnešní individualistické společnosti vytvoří pouze větší propast mezi sbíráním okamžitých zážitků a skutečným štěstím a smyslem v životě. To ovšem neznamená, že člověk by měl na sebe zcela zapomínat a činit to, co se po něm chce od druhých. Konvenční morálka je však výsledkem právě tohoto zaměření na rychlé požitky – odvaha činit rozhodnutí z vlastní svobodné volby, které mají dlouhodobý účinek a mohou přinést též nesnáze, je pak pro strach z postihu „tady a teď“ utlumena.

Z hlediska odolnosti a resilience jsem již zmínila svou úvahu o odolnosti (hardiness) obou novinářů, jak ji popisuje Kobasa a Maddi (1979). Oba respondenty je možné charakterizovat jako angažované na životě - ve společenství lidí a na aktivitách pro ně smysluplných. Změny vnímají jako výzvy, kterým se adaptivně přizpůsobují (Baštecká & Mach, 2015).

Jaroslav: *„Vy se formujete podle událostí, které zažíváte. Nevím, jestli znáte ty filmy o Básnících... tam jeden kamarád toho básníka se oženil, a maloval si, kdy bude dovolená v Chorvatsku, kdy bude první dítě,... tak ten graf, co Vás v životě čeká, si absolutně nemůžete naplánovat, si myslím. Můžete si klást ty dlouhodobé a krátkodobé cíle, ale stejně nevíte, kam Vás to vyvrhne, a co budete dělat“.*

Stejně jako stres je možné nahlížet z dynamického hlediska (Lazarus, 1966), též resilience je v současné době pojímána jako proces, do nějž vstupují jednotlivé proměnné. Odolnost respondentů, z velké části patrně vrozenou, avšak sociálním prostředím a zkušenostmi se kultivující, tak můžeme vnímat jako vstupující, dispoziční, složku procesu resilience formující se na základě mnoha existenciálních momentů.

Zásadním faktorem profesní cesty mých respondentů je také jimi udávaná snížená úroveň vnímání vlastní únavy a deprivace související s nepřízní, které jsou ochotni se

vystavovat. „Platí, že psychický život člověka je v mnoha jeho aspektech prožíván jinak, je-li podřízen uspokojení, a jinak, je-li motivován růstem, je „metamotivován“ nebo je sebeaktualizující“ (Maslow, 2014, s. 85). Zatímco dřívější teorie motivace zohledňovaly zvláště motiv uspokojení a rovnováhy po dosažení základní potřeby, Maslow (2014) zdůrazňuje inhibiční povahu tohoto druhu motivace.

„Nutkání nebo potřeba směřuje ke svému vlastnímu odstranění. Usiluje jen o skončení, o svůj vlastní zánik, směřuje ke stavu ne-chtění“ (Maslow, 2014, s. 87).

„Jakmile ale začneme zkoumat jedince, kteří jsou převážně růstově motivováni, pojetí motivace jako procesu vedoucího ke zklidnění se stává naprosto bezcenným. Uspokojení u těchto lidí vyvolá spíše zvýšenou než sníženou motivaci a spíše zvýšené než snížené vzrušení. Hlad jenom zesílí. Tito lidé přerůstají sami sebe, a místo aby chtěli méně a méně, chtějí více a více, například vzdělání. Člověk nezačne odpočívat, ale spíše zvýší svou aktivitu“ (Maslow, 2014, s. 88).

Maslowova (2014) teorie tak nabízí možné vysvětlení rozdílného fungování osob, které sledují dlouhodobé, autonomně zvolené cíle. Dle autora (2014) bývají růstově zaměřeni, sebeaktualizovaní, jedinci také všeobecně méně závislí na cizím souhlasu. Z toho důvodu také sociálně-podmíněná deprivace pro ně nemívá fatální důsledky.

„Nepotřebují tolik jejich chválu a náklonnost. Neusilují tolik o pocty, věhlas a odměny. Autonomie nebo relativní nezávislost na prostředí znamená také relativní nezávislost na nepříznivých vnějších podmínkách, jimiž mohou být smůla, velké ztráty či zklamání, tragédie, stres a deprivace“ (Maslow, 2014, s. 93).

Určující jsou tak pro ně vlastní hodnoty a smysl, jež byly formulovány již dříve Kantem či Franklem. Sociální rozměr u mých respondentů se jeví býti eminentního významu. Ne však ve smyslu konvenčních interakcí a konformní existence, nýbrž empatické sounáležitosti. Ve vztazích s lidmi – kolegy i přáteli, totiž spatřují smysl, jenž verbalizují jako hlavní motorem jejich konání.

Jaroslav Kmenta: „Tohle jsem si vybral a baví mě to, a tak si musí člověk odpustit to, že nebude žít život jiného typu, byť se to může zdát, že je to fajn. Je ale možné, že by mě to ani nebavilo...(…) Někdy to přijde a občas malou frustraci zažijete, pak ji zaženete, a

jede se dál. Vždycky z devadesáti procent vítězí to být tím novinářem bez ohledu na to, co to obnáší“.

Pavla Holcová: „...vděčnost, že pracuji v týmu lidí, kteří jsou úplně skvělí. Je to vděčnost, že do práce se těším, vydělám si na sebe, i když ty platy nejsou nějak závratné, asi bych řekla, že i podprůměrné. Dělán práci, ve které vidím smysl, a jsem svým způsobem naprosto svobodná“.

9 Závěr

V předkládané diplomové práci jsem zjišťovala subjektivní vnímání a prožívání vlastní profese investigativních novinářů. Pomocí metody IPA a hloubkových rozhovorů s Jaroslavem Kmentou a Pavlou Holcovou jsem se pokoušela zmapovat jejich individuální zkušenosti novinářů věnujících se tomuto specifickému odvětví žurnalistiky. Zjišťovala jsem stresory i motivátory jejich činnosti, jejichž interpretace mne vedla k sestavení kategorizace hlavních působících faktorů (osobnostních zdrojů), které do procesu vnímání stresu a ponořování se do práce u mých respondentů vstupují. Zkušenosti a prožívání obou novinářů se totiž ukázaly být dosti podobné a na základě průřezů v jejich odpovědích se návrh témat v analýze vynořil zcela přirozeně.

Kategorie *autonomie* (v kontrastu vůči heteronomii – přijímání pravidel a podnětů od někoho cizího zvenčí) se jevila jako významná linka táhnoucí se celým jejich životem. Projevuje se v kontinuální snaze zlepšovat se a z vlastní iniciativy si stanovovat stále nové cíle. *Ochota riskovat (jít do nepřízně)* jako další podstatný prvek se dle vyprávění mých respondentů objevuje již od jejich dětství. V souvislosti s ní verbalizují určitou sníženou citlivost vůči frustraci, stresu a deprivaci. Působí naopak jako mající větší kontrolu nad některými oslabujícími emocemi, díky čemuž jsou schopni na svých cílech pracovat koncentrovaně téměř až do vyčerpání. V řešení problematických či stresových situací se tak věnují spíše aktuálnímu problému - reálné hrozbě, a sebou a svými emocemi se zaobírají až po delším časovém odstupu. Tato větší tolerance diskomfortu a rizika je doplňována důležitou kategorií *věrnost hodnotám*, které opakovaně uvádějí jako to, proč se věnují právě tomuto povolání a jednotlivým úkolům tak důkladně a svědomitě. Hodnota *svobody* je pro ně důležitá ne jen jako svoboda ve svém vlastním malém vesmíru, ale jako hodnota, jež by měla převládat v celé společnosti, o což se i svou tvůrčí produkcí snaží. Dále jde o hodnotu *odpovědnosti (veřejného zájmu)*, *pravdy*, *spravedlnosti* a *smyslu*, jenž jako by stál nad všemi ostatními kategoriemi, neboť činí z jejich zaměstnání *poslání* pro ně samé.

Domnívám se, že cíl mého výzkumu se zdařil – dospěla jsem k zjištění, jaké osobnostní zdroje a hodnotová nastavení mohou podporovat tuto autentickou angažovanost, které je na světě potřeba stále více. Využila jsem mnoho obohacujících

poznatků z filosofie existencialismu, humanistické a zvláště pozitivní psychologie, které mi pomohly pochopit a dokreslit některé psychologické charakteristiky a lidské motivy. Vzhledem k postupu směrem od literatury mediální k psychologické se mi dle mého názoru zdařil mezioborový přesah – pokusila jsem se idiografickým způsobem zpracovat analýzy prožívání dvou význačných osobností české žurnalistiky, a zároveň u nich zaznamenala vlastnosti, které současná pozitivní psychologie vyzdvihuje jako ctnosti hodné rozvíjení.

Citovaná literatura

- Baštecká, B., & Mach, J. a. (2015). *Klinická psychologie*. Praha: Portál.
- Bernstein, B. (2003). *Class, Codes and Control*. New York: Routledge.
- Brecht, B. (2012). *Žebrácká opera*. Praha: Artur, nakladatelství, s. r. o.
- Cílek, V., & Šmikmátor, F. a. (2018). *Ruka noci podaná, Základy rodinné a krizové připravenosti*. Praha: Dokořán.
- Csikszentmihalyi, M. (2015). *Flow*. Praha: Portál.
- Folkman, S. (1984). Personal Control and Stress and Coping Processes: A Theoretical Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, stránky 839-852.
- Frankl, V. E. (2006). *Lékařská péče o duši*. Brno: Cesta.
- Freud, A. (2006). *Já a obranné mechanismy*. Praha: Portál.
- Halada, J. (2018). *Osudy moudrých*. Praha: Universum.
- Holcová, M. (31. Červenec 2019). Prorok Mohamed za teror ve světě nemůže. Je blud, že byl proti ženám, říká Holcová. (D. Drtinová, Tazatel)
- Husserl, E. (1996). *Krize evropských věd a transcendentální fenomenologie*. Praha: Academia.
- investigace.cz*. (nedatováno). Získáno 3. Duben 2021, z <https://www.investigace.cz/co-delame/>
- Keczer, Z., & Zimbardo, P. e. (15. Srpen 2016). Social Representations of Hero and Everyday. *Plos One*.
- Kmenta, J. (30. Listopad 2009). Získáno 1. Duben 2021, z www.kmenta.cz: <http://www.kmenta.cz/cs/kdo-jsem/zivotopis-jako-povidka>
- Křivohlavý, J. (2010). *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál.

- Křivohlavý, J. (2012). *Optimismus, pesimismus a prevence deprese*. Praha: Grada Publishing, a. s. .
- Lazarus, R. S. (1966). *Psychological Stress and the Coping Process*. McGraw-Hill Book Company.
- Maslow, A. H. (2014). *O psychologii bytí*. Praha: Portál.
- McNair, B. (2004). *Sociologie žurnalistiky*. Praha: Portál.
- McQuail, D. (2016). *Žurnalistika a společnost*. Praha: Karolinum.
- Mikšík, O. (2007). *Psychologické teorie osobnosti*. Praha: Karolinum.
- Moravec, V. (2020). *Proměny novinářské etiky*. Praha: Academia.
- Plachý, J. (2017). *Možnosti využití Interpretativní fenomenologické analýzy v psychologickém výzkumu (Bakalářská práce)*. Praha: Filozofická fakulta Univerzity Karlovy.
- Rotter, J. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, stránky 1-18.
- Seligman, M. (2003). *Opravdové štěstí*. Praha: Ikar.
- Störig, H. J. (1992). *Malé dějiny filozofie*. Praha: Zvon, České katolické nakladatelství.
- Šolcová, I. (2009). *Vývoj resilience v dětství a dospělosti*. Praha: Grada.
- Švaříček, R., & Šedřová, K. a. (2014). *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál.